

УТВЕРЖДАЮ
Генеральный Директор
Е. И. Гришина



Меню на 8 февраля 2023 г.
МАОУ Лицей «Звёздный»
КОМПЛЕКСНЫЕ БЛЮДА

Завтрак - 9 день (Общий) (100,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Омлет с зеленым горошком	150	48,56р.	6,37	13,00	25,57	168,13
Какао с молоком и витаминами	200	20,09р.	3,90	3,10	25,16	145,00
Кисломолочный продукт	95	27,03р.	2,76	2,38	3,80	47,50
Хлеб пшеничный йодированный	60	4,32р.	4,56	0,48	29,52	140,00
Итого:		100,00р.	17,59	18,95	84,05	500,63

Обед - 9 день (Общий) (160,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат из свеклы с сыром	100	26,11р.	4,94	9,50	7,94	137,02
Суп крестьянский с крупой	250	31,08р.	6,27	8,75	8,50	88,50
Жаркое по-домашнему из говядины	190	78,38р.	23,43	27,04	40,03	335,98
Компот из свежих яблок с лимоном	200	18,67р.	0,03	0,02	25,10	103,00
Хлеб пшеничный йодированный	50	3,60р.	3,80	0,40	24,60	116,67
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,16р.	2,04	0,39	11,94	59,40
Итого:		160,00р.	40,51	46,10	118,11	840,57



Курышкина С.А.