

УТВЕРЖДАЮ  
Генеральный Директор  
Е. И. Гришина



Меню на 10 февраля 2023 г.  
МАОУ Лицей «Звёздный»  
КОМПЛЕКСНЫЕ БЛЮДА

Завтрак - 11 день (Общий) ( 100,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Рыба запеченая	90	49,57р.	9,05	6,01	3,00	116,88
Картофель запеченый	150	18,52р.	3,08	2,33	19,13	109,73
Соус томатный	50	2,13р.	0,00	0,00	0,00	0,00
Огурцы свежие	30	11,16р.	0,21	0,03	0,57	3,30
Кисель с витаминами и кальцием	200	14,30р.	0,00	0,00	23,00	90,00
Хлеб пшеничный йодированный	60	4,32р.	4,56	0,48	29,52	140,00
<b>Итого:</b>		<b>100,00р.</b>	<b>16,89</b>	<b>8,85</b>	<b>75,22</b>	<b>459,91</b>

Обед - 11 день (Общий) ( 160,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Винегрет овощной	100	16,37р.	1,60	6,20	6,60	88,00
Суп картофельный с мясными	250	35,71р.	8,95	9,57	7,50	152,00
Котлета рубленая из птицы	80	56,43р.	14,79	17,77	25,47	255,86
Макаронные изделия отварные с	150	12,73р.	5,55	4,95	29,55	184,50
Сок яблочный	200	33,00р.	1,00	0,00	20,20	84,80
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
<b>Итого:</b>		<b>160,00р.</b>	<b>37,73</b>	<b>39,29</b>	<b>125,86</b>	<b>941,23</b>



Курышкина С.А.