

УТВЕРЖДАЮ
Генеральный Директор
Е. И. Гришина

Меню на 3 апреля 2023 г.
МАОУ Лицей «Звёздный»
КОМПЛЕКСНЫЕ БЛЮДА

Завтрак - 7 день (Общий) (100,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Каша из пшена и риса молочная (Дружба)	270	22,22р.	6,86	8,69	60,88	251,02
Сок фруктовый	200	33,00р.	0,60	0,60	14,70	70,50
Масло сливочное	10	12,87р.	0,08	7,25	0,13	66,10
Сыр	10	10,71р.	2,32	2,95	0,00	35,83
Напиток с витаминами и	200	16,88р.	0,00	0,00	18,60	74,00
Хлеб пшеничный йодированный	60	4,32р.	4,56	0,48	29,52	140,00
Итого:		100,00р.	14,42	19,97	123,83	637,45

Обед - 7 день (Общий) (160,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат из белокочанной капусты с морской капусты	100	23,84р.	1,00	6,00	6,00	82,00
Борщ с фасолью и картофелем	250	34,04р.	3,68	4,63	37,20	100,00
Бефстроганов из отварной говядины	125	67,85р.	11,13	7,81	5,07	202,00
Макаронные изделия отварные	150	12,40р.	6,66	5,94	35,46	221,40
Компот из сухофруктов	200	16,11р.	0,60	0,10	20,10	84,00
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.	28,91	25,27	140,37	865,47



Курышкина С.А.