

УТВЕРЖДАЮ
Генеральный Директор
Е. И. Гришина



Меню на 12 сентября 2023 г.

МАОУ Лицей «Звёздный»

КОМПЛЕКСНЫЕ БЛЮДА

Завтрак - 8 день (Общий) (100,00 Р)

Блюдо	ТК	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Пудинг из творога, запеченный	285	150	58,19р.	19,91	7,99	31,01	251,55
Джем из абрикосов	86	50	16,20р.	0,10	0,00	11,46	57,68
Кофейный напиток с молоком	465	200	21,29р.	2,80	2,50	13,60	88,00
Хлеб пшеничный йодированный	573	100	4,32р.	4,56	0,48	29,52	140,00
Итого:			100,00р.	27,37	10,97	85,59	537,23

Обед - 8 день (Общий) (160,00 Р)

Блюдо	ТК	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Икра кабачковая	151	100	29,08р.	2,60	6,22	22,15	154,90
Суп с рыбными консервами	122	250	26,22р.	3,80	11,40	10,05	180,00
Гуляш из говядины	327	50	42,16р.	6,57	9,75	1,65	129,00
Соус сметанный	402	50	1,35р.	0,70	4,66	1,20	35,69
Рагу из овощей с кабачками	169	180	42,29р.	8,91	13,70	15,30	129,60
Напиток из шиповника	496	200	10,98р.	0,00	0,02	14,00	56,00
Хлеб пшеничный йодированный	573	50	3,60р.	3,80	0,40	24,60	116,67
Хлеб ржано-пшеничный	575	30	4,32р.	2,04	0,39	11,94	59,40
Итого:			160,00р.	28,41	46,54	100,89	861,26

