



УТВЕРЖДАЮ
Генеральный Директор
Е. И. Гришина

Меню на 13 сентября 2023 г.
МАОУ Лицей «Звёздный»
КОМПЛЕКСНЫЕ БЛЮДА

Завтрак - 9 день (Общий) (100,00 Р)

Блюдо	ТК	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Омлет с зеленым горошком	269	150	48,48р.	6,37	13,00	25,57	168,13
Чай с молоком	465	200	15,57р.	3,90	3,10	25,16	145,00
Кисломолочный продукт	470	200	31,63р.	2,76	2,38	3,80	47,50
Хлеб пшеничный йодированный	573	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	ТК	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат из свеклы с солеными	31	100	19,37р.	4,94	9,50	7,94	137,02
Суп крестьянский с крупой	118	250	20,57р.	6,27	8,75	8,50	88,50
Жаркое по-домашнему из говядины	328	190	93,56р.	23,43	27,04	40,03	335,98
Кисель с витаминами "Витошка"	504	200	18,58р.	0,03	0,02	25,10	103,00
Хлеб пшеничный йодированный	573	50	3,60р.	3,80	0,40	24,60	116,67
Хлеб ржано-пшеничный	575	60	4,32р.	2,04	0,39	11,94	59,40
Итого:			160,00р.	40,51	46,10	118,11	840,57



А.А.А.А.А.А.