

УТВЕРЖДАЮ  
Генеральный Директор  
Е. И. Гришина



Меню на 28 сентября 2023 г.  
МАОУ Лицей «Звездный»  
КОМПЛЕКСНЫЕ БЛЮДА

Завтрак - 22 день (Общий) ( 100,00 Р)

Блюдо	ТК	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Пудинг из творога, запеченный	222	160	71,75р.	21,23	8,53	33,07	268,32
Молоко сгущеное	86	30	7,23р.	2,13	1,50	16,56	88,26
Компот из сухофруктов	349	250	16,70р.	0,60	0,10	20,10	84,00
Хлеб пшеничный йодированный	573	60	4,32р.	4,56	0,48	29,52	140,00
<b>Итого:</b>			<b>100,00р.</b>	<b>28,52</b>	<b>10,61</b>	<b>99,25</b>	<b>580,58</b>

Обед - 22 день (Общий) ( 160,00 Р)

Блюдо	ТК	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Винегрет овощной	67	100	23,33р.	1,60	6,20	6,60	88,00
Суп-лапша домашняя	108	250	28,43р.	2,50	3,85	11,13	89,25
Бефстроганов из отварной говядины	245	100	71,15р.	11,13	7,81	5,07	202,00
Рис отварной	304	180	10,13р.	3,76	5,43	38,85	219,30
Компот из свежих ягод	342	200	16,88р.	0,52	0,18	24,84	102,90
Хлеб пшеничный йодированный	573	80	5,76р.	3,80	0,40	24,60	116,67
Хлеб ржано-пшеничный	575	50	4,32р.	2,04	0,39	11,94	59,40
<b>Итого:</b>			<b>160,00р.</b>	<b>25,35</b>	<b>24,26</b>	<b>123,02</b>	<b>877,52</b>



Курышкина С.А.