

УТВЕРЖДАЮ  
Генеральный Директор  
Е. И. Гришина



Меню на 03 октября 2023 г.  
МАОУ Лицей «Звёздный»  
КОМПЛЕКСНЫЕ БЛЮДА

**Завтрак - 2 день (Общий) ( 100,00 Р)**

Блюдо	ТК	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Тефтеля из птицы	371	90	35,47р.	3,43	5,21	0,10	114,30
Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	202	150	17,02р.	3,30	2,76	18,73	95,20
Яйцо отварное	267	40	18,45р.	4,08	4,60	0,28	93,00
Какао с молоком и витаминами	502	200	24,74р.	3,90	6,70	35,10	145,00
Хлеб пшеничный йодированный	573	60	4,32р.	4,56	0,48	29,52	140,00
<b>Итого:</b>			<b>100,00р.</b>	<b>19,27</b>	<b>19,75</b>	<b>83,73</b>	<b>587,50</b>

**Обед - 2 день (Общий) ( 100,00 Р)**

Блюдо	ТК	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат из свежих помидор и сладким перцем	20	100	41,91р.	1,10	6,11	4,56	77,70
Суп из овощей	116	250	32,08р.	2,00	4,26	7,24	74,00
Зразы рубленые из говядины	336	90	49,99р.	6,22	8,59	14,16	114,89
Соус сметанный	408	30	2,76р.	0,42	2,80	0,72	16,67
Макаронные изделия отварные	256	150	12,92р.	5,55	4,95	14,55	184,50
Компот из яблок и ягод	492	200	10,26р.	0,10	0,10	10,90	45,00
Хлеб пшеничный йодированный	573	80	5,76р.	6,08	0,64	39,36	186,00
Хлеб ржано-пшеничный	575	60	4,32р.	5,44	0,20	25,75	123,74
<b>Итого:</b>			<b>160,00р.</b>	<b>26,91</b>	<b>27,65</b>	<b>117,24</b>	<b>822,50</b>



Курышкина С.А.