

УТВЕРЖДАЮ  
Генеральный Директор  
Е. И. Гришина



Меню на 04 октября 2023 г.  
МАОУ Лицей «Звёздный»  
КОМПЛЕКСНЫЕ БЛЮДА

Завтрак - 3 день (Общий) ( 100,00 Р)

Блюдо	ТК	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Запеканка из творога	285	150	65,05р.	12,01	16,07	27,23	267,10
Повидло	86	50	14,50р.	0,08	0,00	8,00	65,40
Чай с джемом	466	250	16,13р.	2,60	3,20	19,00	115,00
Хлеб пшеничный йодированный	573	60	4,32р.	4,56	0,48	29,52	140,00
Итого:			100,00р.	19,25	19,75	83,75	587,50

Обед -3 день (Общий) ( 160,00 Р)

Блюдо	ТК	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат из белокочанной капусты с	5	100	28,32р.	2,47	11,05	5,52	128,20
Суп-лапша домашняя	128	250	23,97р.	2,00	3,08	8,90	71,40
Тефтеля мясная с рисом	350	90	52,19р.	11,40	6,55	9,45	131,00
Запеканка овощная	200	150	24,38р.	3,00	5,80	34,06	212,00
Напиток ягодный	497	200	21,06р.	0,12	0,04	9,90	41,00
Хлеб пшеничный йодированный	573	80	5,76р.	4,56	0,48	29,52	140,00
Хлеб ржано-пшеничный	575	60	4,32р.	3,40	0,65	19,90	99,00
Итого:			160,00р.	26,95	27,65	117,25	822,60



*С.А. Курышкина*

Курышкина С.А.