

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный Директор

Е. И. Гришина



Меню на 14 января 2025г.

МАОУ Лицей «Звёздный»

КОМПЛЕКСНЫЕ БЛЮДА

Завтрак - 2 день (Общий)

Блюдо	ТК	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Тефтеля из птицы	371	90	81,67р.	3,43	5,21	0,10	114,30
Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	202	150	11,04р.	3,30	2,76	18,73	95,20
Какао с молоком и витаминами	502	200	22,65р.	3,90	6,70	35,10	145,00
Хлеб пшеничный йодированный	573	60	4,64р.	4,56	0,48	29,52	140,00
Итого:			120,00р.	15,19	15,15	83,45	494,50

Обед - 2 день (Общий)

Блюдо	ТК	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат из свежих помидор	20	100	37,34р.	1,10	6,11	4,56	77,70
Суп из овощей	116	250	29,80р.	2,00	4,26	7,00	74,00
Зразы рубленые из говядины с	336	90	81,54р.	6,22	8,59	14,16	114,89
Макаронные изделия отварные	256	150	13,99р.	5,55	4,95	14,55	184,50
Компот из яблок и ягод	492	200	16,49р.	0,10	0,10	10,90	45,00
Хлеб пшеничный йодированный	573	80	6,20р.	6,08	0,64	39,36	186,00
Хлеб ржано-пшеничный	575	60	4,64р.	5,44	0,20	25,75	123,74
Итого:			190,00р.	26,49	24,85	116,28	805,83



Курышкова С.А.