

УТВЕРЖДАЮ
Генеральный Директор
Е. И. Гришина

Меню на 15 января 2025 г.
МАОУ Лицей «Звёздный»
КОМПЛЕКСНЫЕ БЛЮДА

Завтрак - 3 день (Общий)

Блюдо	ТК	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Запеканка из творога	285	150	84,10р.	12,01	16,07	27,23	267,10
Джем из абрикосов	86	20	12,97р.	0,08	0,00	8,00	65,40
Кофейный напиток со сгущенным	466	200	18,29р.	2,60	3,20	19,00	115,00
Хлеб пшеничный йодированный	573	60	4,64р.	4,56	0,48	29,52	140,00
Итого:			120,00р.	19,25	19,75	83,75	587,50

Обед -3 день (Общий)

Блюдо	ТК	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат из белокочанной капусты с	5	90	20,02р.	2,47	11,05	5,52	128,20
Суп-лапша домашняя	128	250	24,11р.	2,00	3,08	8,90	71,40
Тефтели мясные с рисом	350	90	71,02р.	11,40	6,55	9,20	131,00
Овощи, припущенные (рагу)	200	180	49,48р.	3,00	5,80	34,06	212,00
Компот из свежих яблок	497	200	14,53р.	0,12	0,04	9,90	41,00
Хлеб пшеничный йодированный	573	80	6,20р.	4,56	0,48	29,52	140,00
Хлеб ржано-пшеничный	575	60	4,64р.	3,40	0,65	19,90	99,00
Итого:			190,00р.	26,95	27,65	117,00	822,60



Курышкина С.А.