

УТВЕРЖДАЮ  
Генеральный Директор  
Е. И. Гришина

Меню на 04 февраля 2025 г.  
МАОУ Лицей «Звёздный»  
КОМПЛЕКСНЫЕ БЛЮДА

Завтрак - 20 день (Общий)

| Блюдо                                | ТК  | Порция | Цена     | Белки | Жиры  | Углеводы | Калории |
|--------------------------------------|-----|--------|----------|-------|-------|----------|---------|
| Котлета мясная из говядины с молоком | 268 | 90     | 75,98р.  | 7,49  | 11,21 | 15,63    | 118,54  |
| Макаронные изделия отварные          | 309 | 180    | 19,65р.  | 5,27  | 7,75  | 28,50    | 210,36  |
| Напиток из шиповника                 | 388 | 200    | 19,73р.  | 0,40  | 0,27  | 0,27     | 72,80   |
| Хлеб пшеничный йодированный          | 573 | 60     | 4,64р.   | 6,08  | 0,64  | 39,36    | 186,00  |
| Итого:                               |     |        | 120,00р. | 19,24 | 19,87 | 83,76    | 587,70  |

Обед - 20 день (Общий)

| Блюдо                           | ТК  | Порция | Цена     | Белки | Жиры  | Углеводы | Калории |
|---------------------------------|-----|--------|----------|-------|-------|----------|---------|
| Салат витаминный с кукурузой    | 49  | 100    | 23,11р.  | 2,60  | 6,22  | 7,15     | 64,70   |
| Суп из овощей                   | 99  | 250    | 34,84р.  | 2,28  | 2,33  | 6,18     | 90,03   |
| Котлета рубленая из птицы       | 295 | 90     | 65,36р.  | 7,39  | 16,98 | 11,23    | 140,50  |
| Картофель отварной со сливочным | 310 | 200    | 34,47р.  | 4,20  | 0,84  | 13,18    | 157,55  |
| Напиток с витаминами и          | 507 | 200    | 21,38р.  | 1,00  | 0,00  | 20,20    | 84,80   |
| Хлеб пшеничный йодированный     | 573 | 80     | 6,20р.   | 6,08  | 0,64  | 39,36    | 186,00  |
| Хлеб ржано-пшеничный            | 575 | 60     | 4,64р.   | 3,40  | 0,65  | 19,90    | 99,00   |
| Итого:                          |     |        | 190,00р. | 26,95 | 27,66 | 117,20   | 822,58  |



Курышкина С.А.