

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор

Документ № 108/2025



Меню на 10 февраля 2025 г.

МАОУ Лицей «Звёздный»

КОМПЛЕКСНЫЕ БЛЮДА

Завтрак - 1 день (Общий)

Блюдо	ТК	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Каша молочная из кукурузной крупы	233	230	25,79р.	12,08	8,80	44,56	305,60
Сыр	75	10	13,95р.	2,32	2,95	0,00	35,83
Яблоко	82	120	35,77р.	2,40	3,60	22,80	132,00
Чай с сахаром и лимоном	459	200	16,16р.	0,03	0,01	9,50	40,00
Хлеб пшеничный йодированный	573	60	4,64р.	4,56	0,48	29,52	140,00
Масло сливочное	74	10	23,69р.	0,08	7,25	0,13	66,10
Итого:			120,00р.	21,47	23,09	106,51	719,53

Обед-1 день (Общий)

Блюдо	ТК	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат картофельный с сельдью	45	100	21,62р.	6,40	8,50	7,38	132,00
Борщ с капустой и картофелем	95	250	35,59р.	1,85	4,42	5,00	75,00
Рыба запеченная с соусом	298	130	72,71р.	6,55	6,02	5,00	104,20
Картофель отварной со сливочным	152	180	25,23р.	4,14	7,61	27,20	182,28
Кисель с витаминами и кальцием	505	200	24,01р.	0,00	0,00	23,00	90,00
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.	26,90	27,68	117,00	822,48



Курышкина С.А.