

МАОУ «КШ №3 г. Ишима»

Утверждаю:  Ю.А.Козлов

Дата: 14 сентября 2020 год



## МЕНЮ 14 сентября 2020 год

	Наименования блюд	Выход в граммах	Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ, Ккал	Стоимость (руб.)
<b>Завтрак</b>	1. Запеканка из творога, со сгущённым молоком.	150/10	24	15,2	23,9	425	58,33
	2. Чай с молоком	200	1,5	1,3	15,9	81	8,38
	3. Хлеб пшеничный обогащенный	70	3,42	0,36	22,14	129	4,55
<b>Итого</b>							<b>71р.26к.</b>
<b>Обед</b>	1. Щи из свежей капусты с картофелем, мясом и сметаной	250/20/10	1,75	4,98	7,78	160	32,19
	2. Колбаса отварная, с маслом сливочным	80/5	10,4	20,9		221,4	59,39
	3. Компот из сухофруктов с витамином С	200	0,5		27	110	3,66
	4. Капуста тушеная	150	6,29	6,12	6,63	107,1	15,16
	5. Хлеб ржано-пшеничный	68	3,96	0,72	20,4	123	3,39
	6. Хлеб пшеничный обогащенный	70	4,56	0,48	29,52	165	4,55
<b>Итого</b>							<b>118р.34к.</b>
		<b>Итого:</b>	56,38	50,06	153,27	1521,5	<b>189р.60к</b>

Мед. работник:

Повар – бригадир:

Ответственный за питание

 /А.В.Гулецкая/  
 / Н.В.Васильева/  
 /О.Л.Григорьева /