

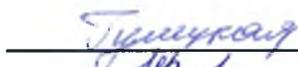
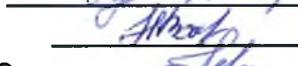
МАОУ «КШ №3 г. Ишима»  
 Утверждаю:  Ю.А.Козлов  
 Дата: 02 октября 2020 год



## МЕНЮ с 7 до 11 лет

**02 октября 2020 год**

	Наименование блюда	Выход в граммах	Бел ки	Жи ры	Угле воды	ЭЦ, Ккал	Цена (руб.)
<b>Завтрак</b>	1. Бутерброд с джемом (или повидлом)	20/10	1,3	0,2	18	79	2,47
	2. Каша молочная рисовая, с маслом сливочным	200/5	7	7,2	38	245	20,62
	3. Чай с лимоном.	200	0,2	0	15,7	64	2,68
	4. Йогуртный продукт в инд. упаковке.	100	6,3	12,5	14	104	18,59
	5. Хлеб ржано - пшеничный	20	1,3	0,2	6,7	34	1,00
	6. Хлеб пшеничный обогащенный	20	1,6	0,2	7,6	39	1,30
<b>Итого</b>							<b>46р.66к.</b>
<b>Обед</b>	1. Горошек зеленый консервированный с луком, с маслом	60	1	5	6,3	74	7,59
	2. Свекольник с мясом и сметаной.	250/10/5	5,8	6,1	14,5	136	23,36
	3. Колбаса отварная, с маслом сливочным	90/5	4,9	9,5	2,9	117	66,29
	4. Овощи тушеные	150	3	10,5	21	191	10,16
	5. Компот из сухофруктов с витамином С	200	1,5	1,3	15,9	109	3,11
	6. Фрукт (яблоко)	245	0,5	0	27,8	113	29,65
	7. Хлеб ржано-пшеничный	30	2	0,4	10	51	1,49
	8. Хлеб пшеничный обогащенный	50	2,7	0,3	12,7	64	3,25
<b>Итого</b>							<b>144,90</b>
		<b>Итого:</b>	<b>39,1</b>	<b>53,4</b>	<b>211,1</b>	<b>1463</b>	<b>191р.56к</b>

Мед. работник:  /А.В.Гулецкая/  
 Повар – бригадир:  / Н.В.Васильева/  
 Ответственный за питание  /О.Л.Григорьева /