

МАОУ «КШ №3 г. Ишима»

Утверждаю:  Ю.А.Козлов

Дата: 7 октября 2020 год



## МЕНЮ

с 11 лет и старше

7 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)	20/15	1,5	0,3	21,7	95	3,05
	2. Запеканка из творога с изюмом, со сгущенным молоком	200	11,2	16,5	32,1	322	63,85
	3. Кофейный напиток.	200	1,9	1,7	17	91	5,99
	4. Йогуртный продукт в инд. упаковке.	95	6,3	12,5	14	104	23,40
	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>98р.59к.</b>
<b>Обед</b>	1. Овощи консервированный (порциями)	100	0,8	0,1	1,8	11	26,69
	2. Щи из свежей капусты с картофелем, мясом и сметаной.	250/10/5	4,5	5,6	9,5	106	22,54
	3. Гуляш	100	12,5	10,5	4	161	59,33
	4. Макароны изделия отварные, с поджаривкой	180	5,5	5,8	47,2	263	10,34
	5. Сок в индивидуальной упаковке	200	0,8	0,2	34	141	18,20
	6. Фрукт	215	0,43	0	23,9	97	40,26
	7. Хлеб пшеничный обогащенный	80	6,4	0,8	30,4	154	5,20
	8. Хлеб ржано-пшеничный	50	3,3	0,6	16,7	85	2,48
<b>Итого</b>							<b>144,78</b>
		<b>Итого:</b>	<b>57,6</b>	<b>55</b>	<b>242,7</b>	<b>1606</b>	<b>243р.37к</b>

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