

МАОУ «КШ №3 г. Ишима»

Утверждаю:  Ю.А.Козлов

Дата: 8 октября 2020 год



## МЕНЮ с 11 лет и старше




8 октября 2020 год

	Наименование блюда	Выход в граммах	Бел ки	Жи ры	Угле воды	ЭЦ, Ккал	Цена (руб.)
<b>Завтрак</b>	1. Бутерброд с маслом сливочным, и сыром	20/5/20	7,3	10,9	13,3	181	22,69
	2. Каша «Дружба» с маслом сливочным	200/5	5,9	6,4	29	197	19,35
	3. Чай с молоком.	200	2,3	1,8	18,5	99	1,50
	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>64р.43к.</b>
<b>Обед</b>	1. Кукуруза консервированная (порциями)	100	4,8	0,2	7,8	53	29,17
	2. Рассольник домашний с мясом и сметаной.	250/10/5	4,6	6,1	13,2	126	26,58
	3. Кура, запеченная в молочном соусе	120	120,2	21,4	1,4	279	57,61
	4. Капуста тушеная (Рагу овощное)	180 180	3,1	8,2	21,7	173	12,63
	5. Компот из сухофруктов с витамином С	200	0,4	0	32,5	132	3,66
	6. Яблоко	125	0,5	0	27,8	113	15,12
	Груша	221					
6. Хлеб пшеничный обогащенный	45	3,2	0,4	15,2	77	2,60	
<b>Итого</b>	7. Хлеб ржано-пшеничный	50	3,3	0,6	16,7	85	2,48
		<b>Итого:</b>	<b>64,8</b>	<b>68,9</b>	<b>225,4</b>	<b>1692</b>	<b>253р.07к</b>

Мед. работник:

Повар – бригадир:

Ответственный за питание

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