

МАОУ «КШ №3 г. Ишима»

Утверждаю:  Ю.А.Козлов

Дата: 9 октября 2020 год



МЕНЮ с 11 лет и старше

9 октября 2020 год

	Наименование блюда	Выход в граммах	Бел ки	Жи ры	Угле воды	ЭЦ, Ккал	Цена (руб.)
Завтрак	1. Бутерброд с маслом сливочным, с джемом (или повидлом)	20/5/20	1,8	4,7	21,6	136	7,83
	2. Каша молочная пшеничная, с маслом сливочным	200/5	7,3	9,4	31	238	18,44
	3. Чай с лимоном.	200/5	0,2	0	15,7	64	2,68
	4. Йогуртный продукт в инд. упаковке.	190	12,6	25	28	208	46,80
	5. Хлеб пшеничный обогащенный	40	3,2	0,4	15,2	77	2,60
	6. Хлеб ржано - пшеничный	20	1,3	0,2	6,7	34	1,00
Итого							79р.35к.
Обед	1. Овощи консервированные (порциями)	100	1	0,2	1,8	13	11,71
	2. Борщ из свежей капусты с карьофелем, мясом и сметаной.	250/10/5	5,2	6,6	22,2	169	22,39
	3. Котлет рыбная, с маслом сливочным	100/5	13,1	15,9	11,8	243	33,83
	4. Картофельное пюре	180	3,5	5,3	25,5	164	15,57
	5. Сок в индивидуальной упаковке	200	0,8	0,2	34	141	18,20
	6. Хлеб ржано-пшеничный	50	3,3	0,6	16,7	85	2,48
	7. Хлеб пшеничный обогащенный	60	4,8	0,6	22,8	116	3,90
Итого							108,08
		Итого:	58,1	69,1	253	1688	187р.43к

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