

МАОУ «КШ №3 г. Ишима»  
 Утверждаю:  Ю.А.Козлов  
 Дата: 15 октября 2020 год



**МЕНЮ**  
 с 7 до 11 лет  
 15 октября 2020 год

	Наименование блюда	Выход в граммах	Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ, Ккал	Цена (руб.)
<b>Завтрак</b>	1. Бутерброд с сыром	20/15	6,7	7,3	11	137	14,19
	2. Суп молочный с крупой	200	4,7	5,2	15,6	128	10,60
	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. Мучное изделие пром. производства	24	0,8	1,5	4,5	35	2,81
	6. Хлеб ржано - пшеничный	30	2	0,4	10	51	1,49
	7. Хлеб пшеничный обогащенный	30	2,4	0,3	11,4	58	1,95
<b>Итого</b>	8. Хлеб ржано-пшеничный	10	0,7	0,1	3,3	17	0,50
							<b>60р.93к.</b>
<b>Обед</b>	1. Кукуруза консервированная (порциями)	60	2,9	0,1	4,7	31	17,50
	2. Суп с макаронными изделиями и мясом	250/10	5,2	5,8	15,8	136	18,31
	3. Рыба, тушеная в томате с овощами	80	9,2	8,5	5,5	135	18,95
	(Рыба, запеченая, с маслом сливочным)	(80/5)					
	4. Картофельное пюре	150	2,9	4,4	23	144	12,25
	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
<b>Итого</b>	7. Хлеб пшеничный обогащенный	60	4,1	0,5	19,5	99	3,90
							<b>91,59</b>
		<b>Итого:</b>	<b>53,9</b>	<b>49,1</b>	<b>206</b>	<b>1392</b>	<b>152р.52к</b>

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