

МАОУ «КШ №3 г. Ишима»
 Утверждаю:  Ю.А.Козлов
 Дата: 16 октября 2020 год





МЕНЮ

с 7 до 11 лет

16 октября 2020 год

	Наименование блюда	Выход в граммах	Бел ки	Жи ры	Угле воды	ЭЦ, Ккал	Цена (руб.)
Завтрак	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
Итого							46р.66к.
Обед	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 (груша)	205	0,5	0	27,8	113	35,98
	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
Итого							151,23
		Итого:	39,1	53,4	211,1	1463	197р.89к

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