

МАОУ «КШ №3 г. Ишима»
 Утверждаю:  Ю.А.Козлов
 Дата: 22 октября 2020 год






МЕНЮ

с 7 до 11 лет

22 октября 2020 год

	Наименование блюда	Выход в граммах	Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ, Ккал	Цена (руб.)
Завтрак	1. Бутерброд с маслом сливочным, и сыром	20/5/10	5,2	7,9	10	132	14,09
	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	10	0,7	0,1	3,3	17	0,50
	6. Хлеб пшеничный обогащенный	15	1,2	0,2	5,7	29	0,98
Итого							55р.01к.
Обед	1. Кукуруза консервированная (порциями)	60	2,9	0,1	4,7	31	17,50
	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	90	14,6	14,8	3,9	207	38,20
	4. Капуста тушеная (Рагу овощное)	150 150	2,8	7,2	17,5	146	10,55
	5. Компот из сухофруктов	200	1,5	1,3	15,9	110	3,11
	6. Яблоко	116	0,5	0	27,8	113	11,31
	7. Хлеб ржано-пшеничный	45	3	0,5	15	77	2,23
	8. Хлеб пшеничный обогащенный	50	2,7	0,3	12,7	64	3,25
Итого							112,73
		Итого:	54,2	59,2	191,2	1452	167р.74к

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