




МАОУ «КШ №3 г. Ишима»
 Утверждаю:  Ю.А.Козлов
 Дата: 23 октября 2020 год

МЕНЮ

с 7 до 11 лет

23 октября 2020 год

	Наименование блюда	Выход в граммах	Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ, Ккал	Цена (руб.)
Завтрак	1. Бутерброд с маслом сливочным, с джемом (или повидлом)	20/5/15	1,6	4,2	19,2	121	7,25
	2. Каша молочная пшеничная, с маслом сливочным	200/5	7,3	9,4	31	238	18,44
	3. Чай с лимоном.	200	0,2	0	15,7	64	2,68
	4. Йогуртный продукт в инд. упаковке.	95	6,3	12,5	14	104	23,40
	5. Хлеб ржано - пшеничный	10	0,7	0,1	3,3	17	0,50
	6. Хлеб пшеничный обогащенный	20	1,6	0,2	7,6	39	1,30
Итого							53р.57к.
Обед	1. Овощи консервированные (порциями)	60	0,6	0,1	1,1	8	7,03
	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	80/5	11,1	12,9	8	193	27,81
	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	40	2,6	0,5	13,4	68	1,99
	7. Хлеб пшеничный обогащенный	40	3,2	0,4	15,2	77	2,60
Итого							92,27
		Итого:	44,1	51,5	207,7	1383	145р.84к

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