

МАОУ «КШ №3 г. Ишима»

Утверждаю

Ю.А.Козлов

Дата 20 ноября 2020 год



## МЕНЮ с 11 лет и старше

**20 ноября 2020 год**

	Наименование блюда	Выход в граммах	Бел ки	Жи ры	Угле воды	ЭЦ, Ккал	Цена (руб.)
<b>Завтрак</b>	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
<b>Итого</b>							<b>53р.57к.</b>
<b>Обед</b>	1. Овощи консервированные (порциями)	60	0,6	0,1	1,1	8	7,03
	2. Борщ из свежей капусты с карьотелем, 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
<b>Итого</b>							<b>92,27</b>
		<b>Итого:</b>	<b>44,1</b>	<b>51,5</b>	<b>207,7</b>	<b>1383</b>	<b>145р.84к</b>

Мед. работник:

\_\_\_\_\_/А.В.Гулецкая/

Повар – бригадир:

\_\_\_\_\_/Н.В.Васильева/

Ответственный за питание

\_\_\_\_\_/О.Л.Григорьева /