

МАОУ «КШ №3 г. Ишима»

Утверждаю: Ю.А.Козлов

Дата: 02 декабря 2020 год



МЕНЮ с 11 лет и старше

02 декабря 2020 год

	Наименование блюда	Выход в граммах	Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ, Ккал	Цена (руб.)
Завтрак	1. Бутерброд с джемом (или повидлом)	20/15	1,5	0,3	21,7	95	3,05
	2. Запеканка из творога с изюмом, со сгущенным молоком	200	11,2	16,5	32,1	322	63,85
	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. 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							98р.59к.
Обед	1. Овощи консервированный (порциями)	100	0,8	0,1	1,8	11	26,69
	2. Щи из свежей капусты с картофелем, мясом и сметаной.	250/10/5	4,5	5,6	9,5	106	22,54
	3. Гуляш	100	12,5	10,5	4	161	59,33
	4. Макароны отварные, с поджариванием	180	5,5	5,8	47,2	263	10,34
	5. Сок в индивидуальной упаковке	200	0,8	0,2	34	141	18,20
	6. Хлеб пшеничный обогащенный	80	6,4	0,8	30,4	154	5,20
	7. Хлеб ржано-пшеничный	50	3,3	0,6	16,7	85	2,48
	8. Фрукт(Яблоко)	341	0,5	0	27,8	113	37,73
Итого							182.51
	Итого:		61,1	55	270,5	1179	281р.10к

Мед. работник:

Повар – бригадир:

Ответственный за питание:

А.В. Гулецкая /А.В. Гулецкая/

Н.В. Васильева / Н.В. Васильева/

С.А. Золотарева /С. А. Золотарева /