МАОУ «КШ №3 г. Ишима»
Утверждаю: _____Ю.А.Козлов
Дата 03 декабря 2020 год

МЕНЮ
с 7 до 11 лет

03 декабря 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 сливочнымм	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	215	0,5	0	27,8	113	23,73
	7. Хлеб ржано-пшеничный	45	3	0,5	15	77	2,23
Итого	8.Хлеб пшеничный обогащенный	50	2,7	0,3	12,7	64	3,25 **125.15к.**
		Итого:	**54,2**	**59,2**	**191,2**	**1452**	**180.16к**

Мед.работник: _____/А.В.Гулецкая/
Повар – бригадир: _____/ Н.В.Васильева/
Ответственный за питание_____ /С. А. Золотарева /