

МАОУ «КШ №3 г. Ишима»

Утверждаю:  Ю.А.Козлов

Дата: 18 декабря 2020 год



МЕНЮ
с 7 до 11 лет

18 декабря 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	,6	0,1	1,1	8	7,03
	2. Борщ из свежей капусты с картофелем, мясом и сметаной.	250/10/5	5,2	6,6	22,2	169	22,39
	3. Котлета 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
	8. Сокодержательный напиток ТМ Фруктово	0,5	0,8	0,2	34	141	32,27
Итого							124р54к
		Итого:	44,1	51,5	207,7	1383	178р.11к

Мед. работник:

 /А.В.Гулецкая/

Повар – бригадир:

 /Н.В.Васильева/

Ответственный за питание

 /С. А. Золотарева/