

МАОУ «КШ №3 г. Ишима»
 Утверждаю:  Ю.А.Козлов
 Дата: 29 декабря 2020 год



МЕНЮ с 11 лет и старше

29 декабря 2020 год

	Наименование блюда	Выход в граммах	Бел ки	Жи ры	Угле воды	ЭЦ, Ккал	Цена (руб.)
Завтрак	1. Бутерброд с сыром	20/15	6,7	7,3	11	137	14,19
	2. Каша молочная манная, с маслом сливочным.	200/5	8,7	9,3	34	255	19,03
	3. Чай с сахаром.	200	0,1	0	13,1	53	1,02
	4. Йогуртный продукт в инд. упаковке.	100	6,3	12,5	14	104	18,59
	5. Хлеб ржано - пшеничный	20	1,3	0,2	6,6	34	1,49
	6. Хлеб пшеничный обогащенный	20	1,6	0,2	7,6	39	1,95
Итого							56р.27к.
Обед	1. Икра морковная.	100	1,9	5,9	9,5	99	6,97
	2. Уха рыбацкая.	250/40	6,8	5,9	10,2	121	22,95
	3. Фрикадельки из говядины, тушеные в соусе.	100	10,1	15,1	13	228	35,74
	4. Рис припущенный	180	3,6	5,1	39,5	218	16,55
	5. Напиток из шиповника с витамином С	200	0,7	0,2	26,6	112	8,24
	6. Хлеб пшеничный обогащенный	60	4,8	0,6	22,8	116	3,90
	7. Хлеб ржано-пшеничный	40	2,6	0,5	13,4	68	1,99
	8. Мандарины	485	0,5	0	27,8	113	40,74
Итого							137р08к
		Итого:	56,7	63,1	228,5	1620	193р.35к

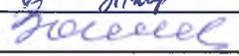
Мед. работник:

 /А.В.Гулецкая/

Повар – бригадир:

 /Н.В.Васильева/

Ответственный за питание

 /С. А. Золотарева /