МАОУ «КШ №3 г. Ишима»
Утверждаю: _____Ю.А.Козлов
Дата: 30 ноября 2020 год

МЕНЮ
с 11 лет и старше

30 ноября 2020 год

	Наименование блюда	Выход в граммах	Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ, Ккал	Цена (руб.)
Завтрак	1. Бутерброд с маслом сливочным	20/10	1,6	7,4	10	113	9,70
	2.Суп молочный с макаронными изделиями	200	6,4	7,9	19,3	174	10,47
	3. Какао с молоком	200	4	4,1	18,4	127	8,90
	4. Кондитерское изделие пром. Производства	20	0,5	3,2	13,4	84	4,36
	5. Йогуртный продукт в инд. упаковке.	95	6,3	12,5	14	104	23,40
	6.Хлеб ржано - пшеничный	30	2	0,4	10	34	1,49
	7.Хлеб пшеничный обогащенный	30	2,4	0,3	11,4	39	1,95
Итого							**60р.27к.**
Обед	1.Сельдь с луком, с маслом растительным	100	9.3	16,2	1,3	188	41,63
	2.Суп картофельный с крупой и мясом	250/10	5	5,5	16,3	135	20,98
	3.Жаркое по домашнему	210	12,1	19,4	34,9	363	65,12
	4.Сок в индивидуальной упаковке	200	0,8	0,2	34	141	18,20
	5. Хлеб пшеничный обогащенный	80	6,4	0,8	30,4	154	5,20
	6.Хлеб ржано-пшеничный	40	2,6	0,5	13,4	68	1,99
	7.Сок	200					32.27
	8.Йогуртный продукт в инд. Упаковке.	95	6.3	12.5	14	104	20.15
	9.Яблоко	207	0.5	0	27.8	113	22.88
Итого							**228.42к.**
		Итого:	**59,4**	**78,4**	**226,8**	**1713**	**288.69к.**

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