Утверждаю:
Директор МАОУ «КШ №3 г. Ишима»
_____Ю.А.Козлов
Дата: 12 января 2021 год

МЕНЮ
с 11 лет и старше

12 января 2021год

	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	10,15
	2.Каша молочная пшенная, с маслом сливочным.	200/5	8,3	8,8	26,2	217	15,25
	3.Какао с молоком.	200	4	4,1	18,4	127	11,50
	4. Йогуртный продукт в инд. упаковке.	95	6,3	12,5	14	104	24,70
	5.Хлеб ржано - пшеничный	40	0,7	0,1	3,3	7	2,22
	6.Хлеб пшеничный обогащенный	60	1,6	0,2	7,6	39	4,52
Итого							**68р.34к.**
Обед	1.Овощи консервированные (порциями)	60	0,5	0,1	1,1	7	16,66
	2.Суп картофельный с горохом, гренками и мясом.	250/10/10	5,8	5	30,5	190	22,42
	3.Кура запеченная	100	16,5	16,5	1,2	218	40,27
	4.Картофель отварной, с подгарнировкой	150	3,4	6,9	19,3	153	16,55
	5.Сок в индивидуальной упаковке	200	0,8	0,2	34	141	18,20
	6. Хлеб ржано-пшеничный	48	2	0,4	10	51	2,64
	7.Хлеб пшеничный обогащенный	60	1,6	0,2	7,6	39	4,52
Итого							**121,26**
		Итого:	**44**	**49,5**	**157,2**	**1416**	**189р.60к**

Мед.работник: _____/А.В.Гулецкая/
Повар – бригадир: _____/ Н.В.Васильева/
Ответственный за питание_____ /О.Л.Григорьева /