



Утверждаю:

Директор МАОУ «КШ №3 г. Ишима»

Ю.А.Козлов

Дата: 19 января 2021 год

## МЕНЮ

с 7 до 11 лет

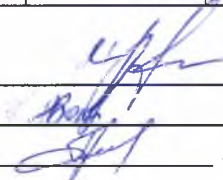
19 января 2021 год

|                | Наименование блюда                           | Выход в граммах | Бел ки      | Жи ры       | Угле воды    | ЭЦ, Ккал    | Цена (руб.)     |
|----------------|--|-----------------|-------------|-------------|--------------|-------------|-----------------|
| <b>Завтрак</b> | 1. Бутерброд с сыром с маслом сливочным      | 20/10/15        | 6,7         | 7,3         | 11           | 137         | 19,17           |
|                | 2. Каша молочная манная, с маслом сливочным. | 200/10          | 8,7         | 9,3         | 34           | 255         | 23,51           |
|                | 3. Чай с сахаром.                            | 200             | 0,1         | 0           | 13,1         | 53          | 1,32            |
|                | 4. Йогуртный продукт в инд. упаковке.        | 95              | 6,3         | 12,5        | 14           | 104         | 24,7            |
|                | 5. Хлеб ржано - пшеничный                    | 60              | 1,3         | 0,2         | 6,7          | 34          | 3,33            |
| <b>Итого</b>   | 6. Хлеб пшеничный обогащенный                | 60              | 1,6         | 0,2         | 7,6          | 39          | 4,52            |
|                |  |                 |             |             |              |             | <b>76р.55к.</b> |
| <b>Обед</b>    | 1. Икра морковная.                           | 100             | 1,1         | 4           | 5,4          | 62          | 5,91            |
|                | 2. Уха рыбацкая.                             | 250/40          | 6,8         | 5,9         | 10,2         | 121         | 20,14           |
|                | 3. Фрикадельки из говядины, тушеные в соусе. | 100             | 9,6         | 12,7        | 12,5         | 203         | 36,22           |
|                | 4. Рис припущенный                           | 180             | 3,2         | 3,6         | 37,1         | 194         | 16,44           |
|                | 5. Напиток из шиповника с витамином С        | 200             | 0,6         | 0,2         | 25,1         | 105         | 9,55            |
|                | 6. Хлеб пшеничный обогащенный                | 60              | 2,4         | 0,3         | 11,4         | 58          | 4,52            |
|                | 7. Хлеб ржано-пшеничный                      | 37              | 2           | 0,4         | 10           | 51          | 2,07            |
|                | 8. Сок в индивид. упаковке                   | 200             | 0,8         | 0,2         | 34           | 141         | 18,20           |
| <b>Итого</b>   |  |                 |             |             |              |             | <b>113р05к</b>  |
|                |  | <b>Итого:</b>   | <b>51,2</b> | <b>56,8</b> | <b>232,1</b> | <b>1557</b> | <b>189р.60к</b> |

Мед. работник:

Повар – бригадир:

Ответственный за питание

 /А.В.Гулецкая/

/Н.В.Васильева/

/О.Л.Григорьева /