



Утверждаю:
 Директор МАОУ «КШ №3 г. Ишима»
 Ю.А.Козлов
 Дата: 21 января 2021 год

МЕНЮ
 с 7 лет до 11 лет

21 января 2021 год

	Наименование блюда	Выход в граммах	Бел ки	Жи ры	Угле воды	ЭЦ, Ккал	Цена (руб.)
Завтрак	1. Бутерброд с маслом сливочным, и сыром	20/5/10	5,2	7,9	10	132	14,85
	2. Каша «Дружба» с маслом сливочным	200/5	5,9	6,4	29	197	19,40
	3. Чай с молоком.	200	2,3	1,8	18,5	99	1,85
	4. Йогуртный продукт в инд. упаковке.	95	6,3	12,5	14	104	24,7
	5. Хлеб ржано - пшеничный	10	0,7	0,1	3,3	17	0,56
	6. Хлеб пшеничный обогащенный	15	1,2	0,2	5,7	29	1,13
Итого							64р.49к.
Обед	1. Рассольник домашний с мясом и сметаной.	250/10/5	4,6	6,1	13,2	126	27,36
	2. Кура, запеченная в молочном соусе	90	14,6	14,8	3,9	207	33,31
	3. Капуста тушеная	150	2,8	7,2	17,5	146	9,60
	4. Компот из сухофруктов с витамином С	200	1,5	1,3	15,9	110	3,46
	5. Хлеб пшеничный обогащенный	50	2,7	0,3	12,7	64	3,77
	6. Хлеб ржано-пшеничный	57	3	0,5	15	77	3,14
	7. Яблоко	250	0,5	0	27,8	113	46,47
Итого							127р11к.
		Итого:	51,3	59,1	186,5	1421	189р.60к

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