



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

## МЕНЮ с 11 лет и старше

21 января 2021 год


	Наименование блюда	Выход в граммах	Бел ки	Жи ры	Угле воды	ЭЦ, Ккал	Цена (руб.)
<b>Завтрак</b>	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
<b>Итого</b>							<b>64р.49к.</b>
<b>Обед</b>	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
<b>Итого</b>							<b>127р11к.</b>
		<b>Итого:</b>	<b>51,3</b>	<b>59,1</b>	<b>186,5</b>	<b>1421</b>	<b>189р.60к</b>

Мед. работник:

Повар – бригадир:

Ответственный за питание

 /А.В.Гулецкая/

 / Н.В.Васильева/

 /О.Л.григорьева /