



Утверждаю:

Директор МАОУ «КШ №3 г. Ишима»

Ю.А.Козлов

Дата: 29 января 2021 год

МЕНЮ

с 7 лет до 11 лет

29 января 2021 г

	Наименование блюда	Выход в граммах	Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ, Ккал	Цена (руб.)
Завтрак	1. Бутерброд с повидлом «Персиковое»	20/10	1,3	0,2	18	79	3,84
	2. Каша молочная рисовая, с маслом сливочным	200/5	7	7,2	38	245	20,64
	3. Чай с лимоном.	200/5	0,2	0	15,7	64	2,81
	4. Йогуртный продукт в инд. упаковке.	95	6,3	12,5	14	147	24,7
	5. Хлеб пшеничный обогащенный	30	1,6	0,2	7,6	39	2,26
	6. Хлеб ржано-пшеничный	30	1,3	0,2	6,7	34	1,67
Итого							55р.92к.
Обед	1. Свекольник с мясом и сметаной.	250/10/5	5,8	6,1	14,5	136	24,31
	2. Колбаса отварная, с маслом сливочным	60/5	4,9	9,5	2,9	117	44,90
	3. Овощи тушеные	150	3	10,5	21	191	10,11
	4. Компот из сухофруктов с витамином С	200	1,5	1,3	15,9	109	3,46
	5. Фрукт (яблоко)	250	0,5	0	27,8	113	46,47
	6. Хлеб ржано-пшеничный	30	2	0,4	10	51	1,67
	7. Хлеб пшеничный обогащенный	37	2,7	0,3	12,7	64	2,76
Итого							133р.68к
		Итого:	38,1	48,4	204,8	1389	189р.60к

Мед.работник:

Повар – бригадир:

Ответственный за питание:

 /А.В.Гулецкая/

 /Н.В.Васильева/

 /О.Л.Григорьева /