



Утверждаю:

Директор МАОУ «КШ №3 г. Ишима»

Ю.А.Козлов

Дата: 02 февраля 2021 год

МЕНЮ
с 12 лет до 18 лет
02 февраля 2021 год

	Наименование блюда	Выход в граммах	Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ, Ккал	Цена (руб.)
Завтрак	1. Бутерброд с сыром	20/15	6,7	7,3	11	137	14,83
	2. Каша молочная манная, с маслом сливочным.	200/5	8,7	9,3	34	255	19,19
	3. Чай с сахаром.	200	0,1	0	13,1	53	1,32
	4. Йогуртный продукт «Нежный».	100	6,3	12,5	14	104	20,15
	5. Хлеб ржано - пшеничный	30	2	0,4	10	51	1,67
	6. Хлеб пшеничный обогащенный	30	2,4	0,3	11,4	58	2,26
Итого							59р.42к.
Обед	1. Кукуруза консервированная (порциями).	100	4,8	0,2	7,8	53	30,37
	2. Уха рыбацкая.	250/40	6,8	5,9	10,2	121	20,14
	3. Фрикадельки из говядины, тушеные в соусе.	100	10,1	15,1	13	228	36,22
	4. Каша гречневая рассыпчатая	180	5,2	5,5	24,7	169	12,60
	5. Напиток из шиповника с витамином С	200	0,7	0,2	26,6	112	9,55
	6. Хлеб пшеничный обогащенный	41	4,8	0,6	22,8	116	3,10
	7. Сок, яблоко «Красавчик»	200	0,8	0,2	34	141	18,20
Итого							130р.18к
		Итого:	59,4	57,5	232,6	1598	189р.60к

Мед. работник:

_____/А.В.Гулецкая/

Повар – бригадир:

_____/Н.В.Васильева/

Ответственный за питание

_____/О.Л.Григорьева/