



Утверждаю:  
Директор МАОУ «КШ №3 г. Ишима»  
Ю.А.Козлов  
Дата 10 февраля 2021 год

## МЕНЮ с 12 лет до 18 лет

10 февраля 2021 год

	Наименование блюда	Выход в граммах	Бел ки	Жи ры	Угле воды	ЭЦ, Ккал	Цена (руб.)
<b>Завтрак</b>	1.Запеканка из творога, со сгущенным молоком	200/20	8,1	12,3	48,3	336	79,82
	2.Чай с сахаром.	200	0,1	0	13,1	53	1,32
	3. Йогуртный продукт «Нежный»	100	6,3	12,5	14	104	20,15
	4.Хлеб ржано - пшеничный	31	1,3	0,2	6,7	34	1,73
	5.Хлеб пшеничный обогащенный	20	1,6	0,2	7,6	39	1,51
<b>Итого</b>							<b>104р.53к</b>
<b>Обед</b>	1.Рассольник ленинградский с мясом и сметаной.	250/10/5	4,8	6,5	15,6	140	25,18
	2.Тефтели паровые, с соусом	100	9,2	13,5	16,8	226	33,19
	3.Каша гречневая рассыпчатая	180	5,2	5,5	24,7	169	12,50
	4.Напиток из шиповника с витамином С	200	0,72	0,24	26,6	112	9,55
	5.Хлеб ржано - пшеничный	50	3,3	0,6	16,7	85	2,78
	6.Хлеб пшеничный обогащенный	23	4,8	0,6	22,8	116	1,77
<b>Итого</b>							<b>85р.07к</b>
		<b>Итого:</b>	<b>45,42</b>	<b>52,14</b>	<b>212,9</b>	<b>1414</b>	<b>189р.60к</b>

Мед.работник: \_\_\_\_\_ /А.В.Гулецкая/  
Повар – бригадир: \_\_\_\_\_ /Н.В.Васильева/  
Ответственный за питание \_\_\_\_\_ /О.Л.Григорьева/