



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

МЕНЮ
с 12 лет до 18 лет

10 марта 2021год

	Наименование блюда	Выход в граммах	Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ, Ккал	Цена (руб.)
Завтрак	1. Бутерброд с маслом сливочным	20/10	1,6	7,4	10	113	10,15
	2.Каша молочная пшеничная, с маслом сливочным.	200/5	8,3	8,8	26,2	217	19,35
	3.Какао с молоком.	200	4	4,1	18,4	127	9,16
	4. Хлеб пшеничный обогащенный	30	2	0,4	10	51	1,67
	5. Хлеб ржано - пшеничный	45	2,4	0,3	11,4	58	3,45
Итого							43р.78к.
Обед	1.Овощи консервированные, огурцы - соленые	100	0,8	0,1	1,8	11	24,78
	2.Суп картофельный с горохом, гренками и мясом.	250/10/20	5,8	5	30,5	190	36,24
	3.Кура запеченная	120	20,2	21,4	1,4	279	48,49
	4.Картофель отварной, с подгарнировкой	150	4,1	8,3	23,1	183	16,30
	5.Сок, персик «Красавчик»	200	0,8	0,2	34	141	18,20
	6. Хлеб пшеничный обогащенный	24	2,4	0,3	11,4	58	1,81
Итого							145р.82к
		Итого:	47,2	55,5	155	1428	189р.60к

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