



Утверждаю:

Директор МАОУ «КШ №3 г. Ишима»

Ю.А.Козлов

Дата: 18 марта 2021 год

## МЕНЮ

с 12 лет до 18 лет

18 марта 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	20/5/20	7,3	10,9	13,9	181	23,87
	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	1,82
	4. Йогуртный продукт «Услада».	95	6,3	12,5	14	104	26,00
	5. Хлеб ржано - пшеничный	40	1,3	0,2	6,7	34	2,22
	6. Хлеб пшеничный обогащенный	35	1,6	0,2	7,6	39	2,61
<b>Итого</b>							<b>75р.92к.</b>
<b>Обед</b>	1. Рассольник домашний с мясом и сметаной.	250/10/5	4,6	6,1	13,2	126	28,44
	2. Кура, запеченная	120	20,2	21,4	1,4	279	48,49
	3. Капуста тушеная	180	3,1	8,2	21,7	173	11,47
	4. Компот из сухофруктов с витамином С	200	0,4	0	32,5	132	3,96
	5. Сок, яблоко «Красавчик»	200	0,8	0,2	34	141	18,20
	6. Хлеб пшеничный обогащенный	41	3,2	0,4	15,2	77	3,12
<b>Итого</b>							<b>113р.68к</b>
		<b>Итого:</b>	<b>57</b>	<b>68,3</b>	<b>207,1</b>	<b>1582</b>	<b>189р.60к</b>


Мед. работник:

Повар – бригадир:

Ответственный за питание

 /А.В.Гулецкая/

 /Н.В.Васильева/

 /О.Л.Григорьева /