



Утверждаю:
Директор МАОУ «КШ №3 г. Ишима»
Ю.А.Козлов
Дата: 19 марта 2021 год

МЕНЮ
с 7 до 11 лет

19 марта 2021 год

| | Наименование блюда | Выход в граммах | Белки | Жиры | Углеводы | ЭЦ, Ккал | Цена (руб.) |
|----------------|---|-----------------|-------------|-------------|--------------|-------------|-----------------|
| Завтрак | 1. Бутерброд с маслом сливочным, с повидлом «Персиковое» | 20/5/15 | 1,6 | 4,2 | 19,2 | 121 | 8,16 |
| | 2. Каша молочная пшеничная, с маслом сливочным | 200/5 | 7,3 | 9,4 | 31 | 238 | 18,70 |
| | 3. Чай с лимоном. | 200/5 | 0,2 | 0 | 15,7 | 64 | 2,55 |
| | 4. Йогуртный продукт в инд. упаковке «Услада». | 190 | 6,3 | 12,5 | 14 | 104 | 52,00 |
| | 5. Хлеб ржано - пшеничный | 10 | 0,7 | 0,1 | 3,3 | 17 | 0,56 |
| | 6. Хлеб пшеничный обогащенный | 20 | 1,6 | 0,2 | 7,6 | 39 | 1,51 |
| Итого | | | | | | | 83р.48к. |
| Обед | 1. Овощи консервированные (порциями- огурцы) | 63 | ,6 | 0,1 | 1,1 | 8 | 15,61 |
| | 2. Борщ из свежей капусты с картофелем, мясом и сметаной. | 250/20/5 | 5,2 | 6,6 | 22,2 | 169 | 36,94 |
| | 3. Шницель рыбный натуральный | 50/5 | 11,1 | 12,9 | 8 | 193 | 16,01 |
| | 4. Картофельное пюре | 150 | 2,9 | 4,4 | 23 | 144 | 15,09 |
| | 5. Сок, яблоко «Красавчик» | 200 | 0,8 | 0,2 | 34 | 141 | 18,20 |
| | 6. Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 2,6 | 0,5 | 13,4 | 68 | 2,22 |
| | 7. Хлеб пшеничный обогащенный | 27 | 3,2 | 0,4 | 15,2 | 77 | 2,05 |
| Итого | | | | | | | 106р.12к |
| | | Итого: | 44,1 | 51,5 | 207,7 | 1383 | 189р.60к |

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