Утверждаю:
Директор МАОУ «КШ №3 г. Ишима»
_____Ю.А.Козлов
Дата: 28 апреля 2021 год

МЕНЮ
с 12 лет до 18 лет

28 апреля 2021 год

	Наименование блюда	Выход в граммах	Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ, Ккал	Цена (руб.)
Завтрак	1.Запеканка из творога, со сгущенным молоком	200/20	8,1	12,3	48,3	336	79,81
	2.Чай с сахаром.	200	0,1	0	13,1	53	1,30
	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
Итого							**104р.50к**
Обед	1.Рассольник ленинградский с мясом и сметаной.	250/10/5	4,8	6,5	15,6	140	28,05
	2.Тефтели паровые, с соусом	100	9,2	13,5	16,8	226	33,15
	3.Каша гречневая рассыпчатая	150	5,2	5,5	24,7	169	8,83
	4.Напиток из шиповника с витамином С	200	0,72	0,24	26,6	112	6,74
	5.Хлеб ржано - пшеничный	50	3,3	0,6	16,7	85	2,78
	6.Хлеб пшеничный обогащенный	74	4,8	0,6	22,8	116	5,55
Итого							**85р.10к**
		Итого:	**45,42**	**52,14**	**212,9**	**1414**	**189р.60к**

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