Утверждаю:

Директор Бардыш Т.И.

31.05.2021

МКОУ «Варгашинская СОШ № 3 » 1-4 класс

Меню на 31 мая -2 июня 2021 года

Наименование блюда	*Калории*	*Выход*	*Цена*
Понедельник, обед			
Суп гороховый с сухариками	118,61	250	7-25
Сосиска отварная	49,95	50	20-79
Макароны отварные с соусом	122,25	100/30	4-96
Хлеб ржаной , пшеничный	138,72	60	2-10
Чай с лимоном	41,60	200	2-55
		ИТОГО:	**37-65**
Вторник, обед			
Закуска из свежих огурцов	26,64	30	7-45
Борщ со сметаной	83,0	250/10/10	13-14
Гуляш из курицы	82,0	50/30	23-80
Гречка отварная рассыпчатая	115,93	100	4-26
Хлеб ржаной, пшеничный	138,72	60	2-10
Напиток из клубники и черной смородины	141,2	200	6-74
		ИТОГО:	**57-49**
Среда, обед			
Закуска из свежих помидоров	18,65	30	8-25
Суп с макаронными изделиями	87,20	250/10/10	12-18
Плов из курицы	199,20	100/30	23-55
Хлеб ржаной, пшеничный	138,72	60	2-10
Компот из свежих яблок	97,60	200	4-46
		ИТОГО:	**50-54**