

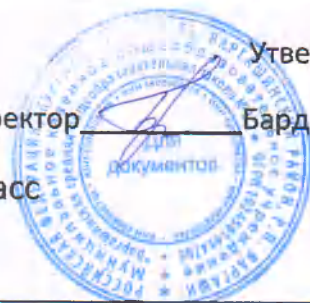
Утверждаю:

Директор

Бардыш Т.И.

МКОУ «Варгашинская СОШ № 3 » 1-4 класс

Меню на 5-9 апреля 2021 года



Наименование блюда	Калории	Выход	Цена
Понедельник, обед			
Щи из свежей капусты	84,48	250/10/10	18-43
Сосиска отварная	44,95	50	20-79
Макаронны отварные с соусом	100,95	100/30	4-96
Хлеб ржаной, пшеничный	138,72	60	2-10
Чай с лимоном	41,60	200	1-28
ИТОГО:			48-83
Вторник, обед			
Суп с макаронными изделиями	87,20	250/10/10	12-18
Голень куриная	199,20	130	42-00
Рис отварной с соусом	105,06	100/30	5-67
Хлеб ржаной, пшеничный	138,72	60	2-10
Компот из свежих яблок	97,60	200	4-46
Банан	54,00	250	23-75
ИТОГО:			90-16
Среда, обед			
Закуска из свежих огурцов	15,98	30	7-45
Рассольник ленинградский	71,80	250/10/10	19-09
Котлета мясная рубленая	115,33	50	14-86
Гречка рассыпчатая с соусом	115,93	100/30	5-77
Хлеб ржаной, пшеничный	138,72	60	2-10
Кисель фруктовый	111,60	200	2-58
ИТОГО:			51-85
Четверг, обед			
Закуска из свежих помидоров	18,64	30	8-25
Суп с мясными фрикадельками	84,8	250/10	21-72
Рыба жареная (скупбрия)	143,41	80	21-08
Пюре картофельное с соусом	73,15	100/30	9-08
Хлеб ржаной, пшеничный	138,72	60	2-10
Напиток из шиповника	111,60	200	6-19
ИТОГО:			68-42
Пятница, обед			
Суп картофельный с горохом	148,25	250/101	10-65
Сосиска отварная	44,95	50	20-79
Макаронны отварные с соусом	100,95	100/30	4-96
Хлеб ржаной, пшеничный	138,72	60	2-10
Напиток из клюквы	184,64	200	11-59
ИТОГО:			50-09