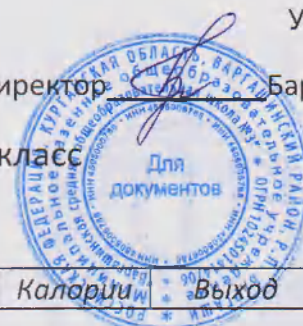


Утверждаю:

Директор: Бардыш Т.И.

МКОУ «Варгашинская СОШ № 3 » 1-4 класс

Меню на 19-23 апреля 2021 года



Наименование блюда	Калории	Выход	Цена
Понедельник, обед			
Суп с макаронными изделиями	87,20	250/10/10	12-18
Голень куриная с соусом	199,20	100/30	43-51
Рис отварной •	105,06	100	4-16
Хлеб ржаной, пшеничный	138,72	60	2-10
Чай с лимоном	41,60	200	1-28
ИТОГО:			64-50
Вторник, обед			
Суп гороховый с сухариками	118,64	250/15	7-25
Рагу овощное с курицей	217	100/30	22-83
Хлеб ржаной, пшеничный	138,72	60	2-10
Напиток из шиповника	102,4	200	6-19
Банан	54,0	250	22-24
ИТОГО:			60-61
Среда, обед			
Закуска из свежих огурцов	26,64	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
Напиток из клюквы	24,0	200	11-59
ИТОГО:			60-86
Четверг, обед			
Закуска из свежих помидоров	31,12	30	8-25
Суп из овощей	75,03	250	5-34
Рыба тушеная с овощами	111,27	100/50	20-81
Макаронны отварные	105,45	100	3-45
Хлеб ржаной, пшеничный	138,72	60	2-10
Компот из свежих яблок	97,60	200	4-46
ИТОГО:			44-41
Пятница, обед			
Борщ со сметаной	83	250/10/10	13-14
Сосиска отварная	44,95	50	20-79
Гороховое пюре с соусом	100,95	100/30	3-55
Хлеб ржаной, пшеничный	138,72	60	2-10
Напиток из вишни	24,0	200	7-66
ИТОГО:			47-24