

Утверждаю:

И.О. директора

Лыжина Н.Н.

МКОУ «Варгашинская СОШ № 3 » 5-11 класс

Меню на 26-30 апреля 2021 года



Наименование блюда	Калории	Выход	Цена
Понедельник, завтрак			
Каша рисовая молочная	165,73	150	12-19
Хлеб пшеничный	69,36	30	1-05
Батон с изюмом	157	50	2-88
Чай с сахаром	40,0	200	1-28
ИТОГО:			17-40
Вторник, завтрак			
Борщ со сметаной	83,0	250/10/10	13-14
Хлеб ржаной, пшеничный	138,72	60	2-10
Чай с сахаром	40,0	200	1-28
Пряник забава	69,75	50	6-36
ИТОГО:			22-88
Среда, завтрак			
Тефтели мясные	85,20	60	15-16
Рис отварной с соусом	105,06	100/30	5-67
Хлеб ржаной, пшеничный	69,36	30	1-05
Чай с сахаром	40,0	200	1-28
ИТОГО:			23-16
Четверг, завтрак			
Гуляш из куриного филе	99,60	50/30	23-80
Гречка рассыпчатая	115,93	100	4-26
Хлеб ржаной, пшеничный	69,36	30	1-05
Чай с сахаром	40,0	200	1-28
ИТОГО:			30-39
Пятница, завтра			
Пирожок с картофелем	327,6	125	7-17
Чай с сахаром	40,0	200	1-28
ИТОГО:			8-45