

Утверждаю:

Директор Бардыш Т.И.

МКОУ «Варгашинская СОШ № 3» 5-11 класс

Меню на 17-21 мая 2021 года



Наименование блюда	Калории	Выход	Цена
Понедельник, завтрак			
Каша из пшена и риса молочная	116,06	150	12-48
Батон с изюмом	157	50	2-88
Чай с сахаром	40,0	200	1-28
ИТОГО:			16-64
Вторник, завтрак			
Тефтели мясные с соусом	85,20	60/30	16-67
Рис отварной	105,06	100	4-16
Хлеб ржаной, пшеничный	69,36	30	1-05
Чай с сахаром	40,0	200	1-28
ИТОГО:			23-16
Среда, 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
Печенье Солнечное	157	50	6-10
ИТОГО:			22-62
Четверг, завтрак			
Рагу овощное	112,84	100/30	22-83
Хлеб ржаной, пшеничный	69,36	30	1-05
Чай с сахаром	40,0	200	1-28
ИТОГО:			25-16
Пятница, завтра			
Манник	327,6	125	23-40
Чай с сахаром	40,0	200	1-28
ИТОГО:			24-68