Утверждаю:

Директор_____ Бардыш Т.И.

МКОУ «Варгашинская СОШ № 3 » 1-4 класс

Меню на 13-17 сентября 2021 года

Наименование блюда	*Калории*	*Выход*	*Цена*
Понедельник, обед			
Суп картофельный с крупой	68,6	250/10	11-10
Сосиска отварная	44,95	50	20-79
Макароны отварные с соусом	122,25	100/30	5-04
Хлеб пшеничный, дарницкий	138,72	60	2-10
Чай с сахаром	40,0	200	1-31
		ИТОГО:	**40-34**
Вторник, обед			
Закуска из свежих помидоров	29,64	30	5-00
Борщ со сметаной	55	250/10/10	14-25
Тефтели мясные с соусом	85,19	60/30	15-13
Рис отварной	105,05	100	4-21
Хлеб пшеничный, дарницкий	138,72	60	2-10
Сок фруктовый	47,26	200	11-96
		ИТОГО:	**54-19**
Среда, обед			
Суп-пюре гороховый	118,61	250	7-50
Котлета мясная	115,34	50	14-82
Картофельное пюре с соусом	54,87	100/30	10-91
Хлеб пшеничный, дарницкий	138,72	60	2-10
Компот из свежих яблок	97,60	200	4-50
		ИТОГО:	**39-83**
Четверг, обед			
Борщ с капустой и картофелем	83,0	250/10/10	14-25
Рагу овощное с курицей	108,50	100/25	23-64
Хлеб пшеничный, дарницкий	138,72	60	2-10
Напиток из клубники и смородины	153,56	200	6-80
Банан	54,0	180	22-50
		ИТОГО:	**69-29**
Пятница, обед			
Закуска из свежих огурцов	26,64	30	2-50
Суп из овощей	75,03	250	7-59
Гуляш из куриного филе	82	50/30	23-79
Гречка рассыпчатая	115,93	100	4-35
Хлеб пшеничный, дарницкий	138,72	60	2-10
Напиток из крыжовника и смородины	141,20	200	7-72
		ИТОГО:	**48-05**