

Директор _____

Утверждаю:

Бардыш Т.И.

МКОУ «Варгашинская СОШ № 3 » 5-11 класс

Меню на 13-17 декабря 2021 года



Наименование блюда	Калории	Выход	Цена
Понедельник, завтрак			
Каша рисовая молочная	220,98	150	12-13
Батон с изюмом	155	50	2-88
Чай с сахаром	40,0	200	1-24
ИТОГО:	415,98		16-25
Вторник, завтрак			
Рассольник ленинградский	71,80	250/10/10	19-41
Хлеб пшеничный, дарницкий	138,72	60	2-10
Печенье Снежок	136,0	50	5-80
Чай с сахаром	40,0	200	1-24
ИТОГО:	386,52		28-55
Среда, завтрак			
Рагу овощное с курицей	217,0	100/30	23-59
Хлеб пшеничный, дарницкий	69,36	30	1-05
Чай с сахаром	40,0	200	1-24
ИТОГО:	326,36		25-88
Четверг, завтрак			
Тефтели мясные с соусом	142,0	60/30	16-79
Рис отварной	210,11	100	4-12
Хлеб пшеничный, дарницкий	69,36	30	1-05
Чай с сахаром	40,0	200	1-24
ИТОГО:	461,47		23-20
Пятница, завтрак			
Пицца	360,0	100	16-57
Чай с сахаром	40,0	200	1-24
ИТОГО:	400,0		17-81