

Утверждаю: директор Бардыш Т.И.

МКОУ «Варгашинская СОШ № 3» 1-4 класс

Меню на 4-8 апреля 2022 года



Наименование блюда	Калорий	Выход	Цена
Понедельник, обед			
Щи из свежей капусты	206,0	250/10/10	22-14
Плов из куриного филе	295,0	100/30	28-57
Хлеб пшеничный, дарницкий	138,72	60	3-12
Чай с сахаром	40,0	200	2-22
ИТОГО:	679,72		56-05
Вторник, обед			
Суп-пюре гороховый	95,0	250	6-73
Запеканка вермишелевая с мясом	194,9	150	28-60
Хлеб пшеничный, дарницкий	138,72	60	2-51
Компот из свежих яблок	97,60	200	4-78
ИТОГО:	526,22		42-62
Среда, обед			
Рассольник ленинградский	171,80	250/10/10	21-07
Котлета мясная	230,67	50	16-47
Гречка рассыпчатая с соусом	231,86	100/30	8-18
Хлеб пшеничный, дарницкий	138,72	60	3-12
Чай с сахаром	40,0	200	2-22
ИТОГО:	813,05		51-06
Четверг, обед			
Суп картофельный с крупой	168,6	250/10/10	12-45
Тефтели мясные с соусом	142,0	60/30	18-66
Рис отварной	210,11	100	7-43
Хлеб пшеничный, дарницкий	138,72	60	3-12
Напиток из с/м ягод	184,64	200	12-61
ИТОГО:	844,07		54-27
Пятница, обед			
Закуска из свежей капусты	48,32	50	11-55
Жаркое по-домашнему	295,0	100/30	27-61
Хлеб пшеничный, дарницкий	138,72	60	3-12
Напиток из шиповника	155,2	200	10-54
ИТОГО:	637,24		52-82