

Утверждаю:

Директор Бардыш Т.И.

МКОУ «Варгашинская СОШ № 3 » 5-11 класс

Меню на 18-22 апреля 2022 года

| Наименование блюда | Калории | Выход | Цена |
|-------------------------------|---------------|-----------|--------------|
| Понедельник, завтрак | | | |
| Каша из пшена и риса молочная | 184,4 | 150 | 15-34 |
| Хлеб пшеничный, дарницкий | 69,36 | 30 | 1-56 |
| Чай с сахаром | 40,0 | 200 | 2-22 |
| ИТОГО: | 293,76 | | 19-12 |
| Вторник, завтрак | | | |
| Тефтели мясные с соусом | 142,0 | 60/30 | 18-66 |
| Рис отварной | 210,11 | 100 | 7-43 |
| Хлеб пшеничный, дарницкий | 69,36 | 30 | 1-56 |
| Чай с сахаром | 40,0 | 200 | 2-22 |
| ИТОГО: | 461,47 | | 29-87 |
| Среда, завтрак | | | |
| Суп картофельный с горохом | 188,6 | 250/10 | 12-62 |
| Хлеб пшеничный, дарницкий | 138,72 | 60 | 3-12 |
| Чай с сахаром | 40,0 | 200 | 2-22 |
| ИТОГО: | 367,32 | | 17-96 |
| Четверг, завтрак | | | |
| Борщ со сметаной | 154,16 | 250/10/10 | 16-25 |
| Хлеб пшеничный, дарницкий | 138,72 | 60 | 3-12 |
| Чай с сахаром | 40,0 | 200 | 2-22 |
| ИТОГО: | 332,88 | | 21-59 |
| Пятница, завтрак | | | |
| Пицца | 360 | 100 | 21-40 |
| Чай с сахаром | 40,0 | 200 | 2-22 |
| ИТОГО: | 400,0 | | 23-62 |