

Утверждаю: директор Бардыш Т.И.

МКОУ «Варгашинская СОШ № 3 » 1-4 класс

Меню на 23-27 мая 2022 года



Наименование блюда	Калории	Выход	Цена
Понедельник, обед			
Щи из свежей капусты	206,0	250/10/10	20-13
Плов из куриного филе	295,0	100/30	28-20
Хлеб пшеничный, дарницкий	138,72	60	3-12
Чай с сахаром	40,0	200	2-13
ИТОГО:	679,72		53-58
Вторник, обед			
Суп-шоре картофельный	132,0	250	8-34
Гуляш из куриного филе	167,9	30/80	26-56
Макароны отварные	244,5	100	4-10
Хлеб пшеничный, дарницкий	138,72	60	3-12
Компот из свежих яблок	97,6	200	5-28
ИТОГО:	780,72		47-40
Среда, обед			
Суп с макаронными изделиями	109,0	250/10/10	14-94
Голень куриная	199,2	100/30	43-33
Рис отварной	210,11	100	6-67
Хлеб пшеничный, дарницкий	138,72	60	3-12
Чай с сахаром	40,0	200	2-13
ИТОГО:	697,03		70-19
Четверг, обед			
Рассольник ленинградский	151,3	250/10/10	18-77
Котлета мясная	230,67	50	16-55
Гречка рассыпчатая с соусом	231,86	100/30	8-69
Хлеб пшеничный, дарницкий	138,72	60	3-12
Чай с сахаром	40,0	200	2-13
ИТОГО:	792,55		49-26
Пятница, обед			
Закуска из свежей капусты	48,32	50	9-52
Жаркое по-домашнему	295,0	100/30	29-57
Хлеб пшеничный, дарницкий	138,72	60	3-12
Компот из свежих яблок	97,6	200	5-28
ИТОГО:	579,64		47-49