

Утверждаю:

Директор Бардыш Т.И.

МКОУ «Варгашинская СОШ № 3 » 5-11 класс

Меню на 10-14 октября 2022 года



Наименование блюда	Калории	Выход	Цена
<b>Понедельник, завтрак</b>			
Каша пшённая молочная	220,98	150	14-71
Бутерброд с сыром	71,44	30/15	4-92
Чай с сахаром	40,0	200	1-56
<b>ИТОГО:</b>	<b>332,42</b>		<b>21-19</b>
<b>Вторник, завтрак</b>			
Котлета мясная	144,17	90	17-43
Гречка отварная рассыпчатая с соусом	231,86	150/30	6-26
Хлеб пшеничный, дарницкий	69,36	30	1-67
Чай с сахаром	40,0	200	1-56
<b>ИТОГО:</b>	<b>485,39</b>		<b>26-92</b>
<b>Среда, завтрак</b>			
Борщ из св. капусты с мясом и сметаной	154,16	250/10/10	16-42
Хлеб пшеничный, дарницкий	138,72	60	3-34
Чай с сахаром	40,0	200	1-56
<b>ИТОГО:</b>	<b>332,88</b>		<b>21-32</b>
<b>Четверг, завтрак</b>			
Суп-пюре гороховый	262,9	250	5-84
Хлеб пшеничный, дарницкий	138,72	60	3-34
Чай с сахаром	40,0	200	1-56
<b>ИТОГО:</b>	<b>441,62</b>		<b>10-74</b>
<b>Пятница, завтрак</b>			
Пирожок с картофелем	360,0	120	9-95
Чай с сахаром	40,0	200	1-56
<b>ИТОГО:</b>	<b>400,00</b>		<b>11-51</b>