



**Меню**  
06 -11.12.2021 года  
**1-4 классы**

**Понедельник**

| Наименование блюд                 | Масса порции | Энергетическая ценность (ккал) | Цена         | Б            | Ж            | У            |
|-----------------------------------|--------------|--------------------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
| Щи из свежей капусты с картофелем | 200          | 84,48                          | 8-53         | 1,8          | 4,98         | 8,13         |
| Макароны отварные                 | 150          | 244,5                          | 4-84         | 5,1          | 9,1          | 34,2         |
| Сосиска отварная                  | 80           | 89,90                          | 31-82        | 4,81         | 7,59         | 0,42         |
| Какао с молоком                   | 200          | 125,11                         | 10-87        | 3,78         | 0,67         | 26,00        |
| Фрукты свежие                     | 200          | 54,00                          | 19-60        | 1,28         | 0,28         | 11,57        |
| Хлеб пшеничный                    | 60           | 46,76                          | 2-76         | 1,58         | 0,20         | 9,66         |
| <b>Итого:</b>                     |              | <b>644,75</b>                  | <b>78-42</b> | <b>18,35</b> | <b>22,82</b> | <b>89,98</b> |

**Вторник**

| Наименование блюд           | Масса порции | Энергетическая ценность (ккал) | Цена         | Б            | Ж            | У           |
|-----------------------------|--------------|--------------------------------|--------------|--------------|--------------|-------------|
| Борщ                        | 150          | 73                             | 10-85        | 1,27         | 3,88         | 6,85        |
| Гуляш из говядины           | 25/80        | 164                            | 45-33        | 13,36        | 14,08        | 3,27        |
| Гречка отварная рассыпчатая | 150          | 231,86                         | 9-65         | 8,90         | 4,10         | 39,84       |
| Компот из свежих яблок      | 200          | 97,60                          | 5-90         | 0,16         | 0,16         | 23,88       |
| Хлеб пшеничный              | 60           | 46,76                          | 2-76         | 1,58         | 0,20         | 9,66        |
| <b>Итого:</b>               |              | <b>613,22</b>                  | <b>74-49</b> | <b>25,27</b> | <b>22,42</b> | <b>83,5</b> |

**Среда**

| Наименование блюд         | Масса порции | Энергетическая ценность (ккал) | Цена         | Б            | Ж            | У            |
|---------------------------|--------------|--------------------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
| Суп картофельный с крупой | 150          | 68,6                           | 10-49        | 1,57         | 2,17         | 9,69         |
| Курица запеченная         | 80           | 199,20                         | 16-85        | 13,98        | 13,99        | 4,21         |
| Рис отварной              | 150          | 210,11                         | 8-32         | 3,67         | 5,42         | 36,67        |
| Компот из свежих яблок    | 200          | 97,60                          | 5-90         | 0,16         | 0,16         | 23,88        |
| Хлеб пшеничный            | 60           | 46,76                          | 2-76         | 1,58         | 0,20         | 9,66         |
| Фрукты свежие             | 200          | 54,0                           | 19-60        | 1,28         | 0,28         | 11,57        |
| <b>Итого:</b>             |              | <b>676,36</b>                  | <b>63-92</b> | <b>22,24</b> | <b>22,22</b> | <b>95,68</b> |

**Четверг**

| Наименование блюд           | Масса порции | Энергетическая ценность (ккал) | Цена         | Б            | Ж            | У             |
|-----------------------------|--------------|--------------------------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| Суп с макаронными изделиями | 150          | 87,20                          | 9-13         | 2,05         | 2,22         | 12,55         |
| Рыба запеченная             | 100          | 143,41                         | 15-13        | 14,71        | 4,81         | 10,30         |
| Рис отварной                | 150          | 210,11                         | 8-32         | 3,67         | 5,42         | 36,67         |
| Компот из сухофруктов       | 200          | 132,8                          | 11-91        | 1,16         | 0,30         | 47,26         |
| Хлеб пшеничный              | 60           | 46,76                          | 2-76         | 1,58         | 0,20         | 9,66          |
| <b>Итого:</b>               |              | <b>620,28</b>                  | <b>47-25</b> | <b>23,17</b> | <b>12,95</b> | <b>116,44</b> |

**Пятница**

| Наименование блюд      | Масса порции | Энергетическая ценность (ккал) | Цена         | Б           | Ж            | У            |
|------------------------|--------------|--------------------------------|--------------|-------------|--------------|--------------|
| Суп из бобовых         | 150          | 118,6                          | 16-32        | 4,39        | 0,42         | 13,22        |
| Рагу овощное с курицей | 200          | 217                            | 31-40        | 12,56       | 11,72        | 15,2         |
| Кисель фруктовый       | 200          | 111,60                         | 5-03         | 0,07        | 0,04         | 23,04        |
| Хлеб пшеничный         | 60           | 46,76                          | 2-76         | 1,58        | 0,20         | 9,66         |
| <b>Итого:</b>          |              | <b>493,96</b>                  | <b>55-51</b> | <b>18,6</b> | <b>12,38</b> | <b>61,12</b> |



**Меню**  
06 -11.12.2021 года  
**5-11 классы**

**Понедельник**

| Наименование блюд | Масса порции | Энергетическая ценность (ккал) | Цена         | Б            | Ж            | У            |
|-------------------|--------------|--------------------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
| Макароны отварные | 200          | 244,5                          | 5-03         | 5,1          | 9,1          | 34,2         |
| Сосиска отварная  | 80           | 89,90                          | 31-82        | 4,81         | 7,59         | 0,42         |
| Чай с сахаром     | 200/15       | 40,0                           | 1-36         | 0,53         |              | 9,47         |
| Хлеб пшеничный    | 60           | 46,76                          | 2-76         | 1,58         | 0,20         | 9,66         |
| <b>Итого:</b>     |              | <b>421,16</b>                  | <b>40-97</b> | <b>12,02</b> | <b>16,89</b> | <b>53,75</b> |

**Вторник**

| Наименование блюд | Масса порции | Энергетическая ценность (ккал) | Цена         | Б           | Ж           | У            |
|-------------------|--------------|--------------------------------|--------------|-------------|-------------|--------------|
| Борщ              | 200          | 73                             | 11-03        | 1,27        | 3,88        | 6,85         |
| Чай с сахаром     | 200/15       | 40,0                           | 1-36         | 0,53        |             | 9,47         |
| Хлеб пшеничный    | 60           | 46,76                          | 2-76         | 1,58        | 0,20        | 9,66         |
| <b>Итого:</b>     |              | <b>159,76</b>                  | <b>15-15</b> | <b>3,38</b> | <b>4,08</b> | <b>25,98</b> |

**Среда**

| Наименование блюд              | Масса порции | Энергетическая ценность (ккал) | Цена         | Б            | Ж           | У            |
|--------------------------------|--------------|--------------------------------|--------------|--------------|-------------|--------------|
| Гречка отварная с мясом курицы | 200          | 243,75                         | 9-48         | 8,90         | 4,10        | 39,84        |
| Чай с сахаром                  | 200/15       | 40,0                           | 1-36         | 0,53         |             | 9,47         |
| Хлеб пшеничный                 | 60           | 46,76                          | 2-76         | 1,58         | 0,20        | 9,66         |
| <b>Итого:</b>                  |              | <b>330,51</b>                  | <b>13-60</b> | <b>11,01</b> | <b>4,30</b> | <b>58,97</b> |

**Четверг**

| Наименование блюд | Масса порции | Энергетическая ценность (ккал) | Цена         | Б            | Ж            | У           |
|-------------------|--------------|--------------------------------|--------------|--------------|--------------|-------------|
| Рыба запеченная   | 150          | 143,41                         | 16-05        | 14,71        | 4,81         | 10,30       |
| Рис отварной      | 200          | 210,11                         | 8-90         | 3,67         | 5,42         | 36,57       |
| Чай с сахаром     | 200/15       | 40,0                           | 1-36         | 0,53         |              | 9,47        |
| Хлеб пшеничный    | 60           | 46,76                          | 2-76         | 1,58         | 0,20         | 9,66        |
| <b>Итого:</b>     |              | <b>440,28</b>                  | <b>29-07</b> | <b>20,49</b> | <b>10,43</b> | <b>66,0</b> |

**Пятница**

| Наименование блюд | Масса порции | Энергетическая ценность (ккал) | Цена         | Б          | Ж           | У            |
|-------------------|--------------|--------------------------------|--------------|------------|-------------|--------------|
| Суп из бобовых    | 200          | 118,6                          | 17-00        | 4,39       | 0,42        | 13,22        |
| Чай с сахаром     | 200/15       | 40,0                           | 1-36         | 0,53       |             | 9,47         |
| Хлеб пшеничный    | 60           | 46,76                          | 2-76         | 1,58       | 0,20        | 9,66         |
| <b>Итого:</b>     |              | <b>205,36</b>                  | <b>21-12</b> | <b>6,5</b> | <b>0,62</b> | <b>32,35</b> |

