

Меню
29.11 - 03.12.2021 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
Макаронны 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
Итого:		644,75	78-42	18,35	22,82	89,98

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
Итого:		613,22	74-49	25,27	22,42	83,5

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
Итого:		676,36	63-92	22,24	22,22	95,68

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
Итого:		620,28	47-25	23,17	12,95	116,44

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
Итого:		493,96	55-51	18,6	12,38	61,12



Меню
29.11 - 03.12.2021 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
Итого:		421,16	40-97	12,02	16,89	53,75

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
Итого:		159,76	15-15	3,38	4,08	25,98

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
Итого:		330,51	13-60	11,01	4,30	58,97

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
Итого:		440,28	29-07	20,49	10,43	66,0

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
Итого:		205,36	21-12	6,5	0,62	32,35

