



**Меню**  
12.09 - 16.09.2022 года  
**1-4 классы**

**Понедельник**

Наименование блюд	Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)	Цена	Б	Ж	У
Суп гороховый	200	118,6	15-32	4,39	0,42	13,22
Рагу овощное с курицей	175	217	27-60	12,56	11,72	15,2
Чай с сахаром	200/15	40,0	1-55	0,53		9,47
Хлеб пшеничный	20	46,76	0-92	1,58	0,20	9,66
Хлеб ржаной	40	91,96	1-84	2,24	0,44	19,76
<b>Итого:</b>		<b>514,32</b>	<b>47-23</b>	<b>21,3</b>	<b>12,78</b>	<b>67,31</b>

**Вторник**

Наименование блюд	Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)	Цена	Б	Ж	У
Суп с макаронными изделиями	200	87,20	12-83	2,05	2,22	12,55
Курица запеченная	80	199,20	23-90	13,98	13,99	4,21
Пюре картофельное	150	109,73	6-70	3,08	2,33	19,13
Чай с сахаром	200/15	40,0	1-55	0,53		9,47
Хлеб пшеничный	20	46,76	0-92	1,58	0,20	9,66
Хлеб ржаной	40	91,96	1-84	2,24	0,44	19,76
<b>Итого:</b>		<b>574,85</b>	<b>44-42</b>	<b>23,46</b>	<b>19,18</b>	<b>74,78</b>

**Среда**

Наименование блюд	Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)	Цена	Б	Ж	У
Щи из свежей капусты	200	84,80	17,00	1,31	4,05	9,04
Гуляш из говядины	80	164	57-96	13,36	14,08	3,27
Гречка отварная рассыпчатая	150	231,86	13,11	8,90	4,10	39,84
Какао с молоком	200	125,11	8,53	3,78	0,67	26,00
Хлеб пшеничный	20	46,76	0,97	1,58	0,20	9,66
Хлеб ржаной	40	91,96	1,84	2,24	0,44	19,76
<b>Итого:</b>		<b>744,49</b>	<b>99-36</b>	<b>31,17</b>	<b>23,54</b>	<b>107,57</b>

**Четверг**

Наименование блюд	Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)	Цена	Б	Ж	У
Суп картофельный с крупой	200	68,6	15-28	1,57	2,17	9,69
Рыба запеченная	80	72	12-49	22,7	3,66	1,88
Рис отварной	150	210,11	5-25	3,67	5,42	36,57
Чай с сахаром	200/15	40,0	1-55	0,53		9,47
Хлеб пшеничный	20	46,76	0-92	1,58	0,20	9,66
Хлеб ржаной	40	91,96	1-84	2,24	0,44	19,76
<b>Итого:</b>		<b>529,43</b>	<b>37-33</b>	<b>30,72</b>	<b>9,72</b>	<b>77,34</b>

**Пятница**

Наименование блюд	Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)	Цена	Б	Ж	У
Борщ	200	73,0	12-57	1,27	3,88	6,85
Гуляш из курицы	80	83,1	25-50	12,2	4,55	0,4
Макароны отварные с маслом	150	244,5	10-03	5,10	9,1	34,2
Чай с сахаром	200/15	40,0	1-55	0,53		9,47
Хлеб пшеничный	20	46,76	0-92	1,58	0,20	9,66
Хлеб ржаной	40	91,96	1-84	2,24	0,44	19,76
	<b>Итого:</b>	<b>579,32</b>	<b>46-53</b>	<b>22,92</b>	<b>18,12</b>	<b>80,34</b>

Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение  
«Верхнесуерская средняя общеобразовательная школа»

«УТВЕРЖДАЮ»  
Директор школы: *Генни* Р.А.Чекирлан

Меню  
12.05 - 16.05.2022 года  
5-11 классы



**Понедельник**

Наименование блюд	Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)	Цена	Б	Ж	У
Суп гороховый	250	118,6	15-32	4,39	0,42	13,22
Чай с сахаром	200/15	40,0	1-55	0,53		9,47
Хлеб пшеничный	20	46,76	0-92	1,58	0,20	9,66
Хлеб ржаной	40	91,96	1-84	2,24	0,44	19,76
<b>Итого:</b>		<b>297,32</b>	<b>20-01</b>	<b>8,74</b>	<b>1,06</b>	<b>52,11</b>

**Вторник**

Наименование блюд	Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)	Цена	Б	Ж	У
Суп с макаронными изделиями	200	87,20	12-83	2,05	2,22	12,55
Чай с сахаром	200/15	40,0	1-55	0,53		9,47
Хлеб пшеничный	20	46,76	0-92	1,58	0,20	9,66
Хлеб ржаной	40	91,96	1-84	2,24	0,44	19,76
<b>Итого:</b>		<b>265,92</b>	<b>19-44</b>	<b>6,4</b>	<b>2,86</b>	<b>51,44</b>

**Среда**

Наименование блюд	Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)	Цена	Б	Ж	У
Щи из свежей капусты	200	84,80	17,00	1,31	4,05	9,04
Чай с сахаром	200/15	40,0	1-55	0,53		9,47
Хлеб пшеничный	20	46,76	0-92	1,58	0,20	9,66
Хлеб ржаной	40	91,96	1-84	2,24	0,44	19,76
<b>Итого:</b>		<b>410,58</b>	<b>17-80</b>	<b>13,25</b>	<b>4,74</b>	<b>78,73</b>

**Четверг**

Наименование блюд	Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)	Цена	Б	Ж	У
Рыба запеченная	80	72	18-12	22,7	3,66	1,88
Рис отварной	200	210,11	13-00	3,67	5,42	36,57
Чай с сахаром	200/15	40,0	1-60	0,53		9,47
Хлеб пшеничный	20	46,76	1-30	1,58	0,20	9,66
Хлеб ржаной	40	91,96	2-60	2,24	0,44	19,76
<b>Итого:</b>		<b>460,83</b>	<b>36-62</b>	<b>30,72</b>	<b>9,72</b>	<b>77,34</b>

**Пятница**

Наименование блюд	Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)	Цена	Б	Ж	У
Борщ	250	73	12-35	1,27	3,88	6,85
Чай с сахаром	200/15	40,0	1-60	0,53		9,47
Хлеб пшеничный	20	46,76	1-30	1,58	0,20	9,66
Хлеб ржаной	40	91,96	2-60	2,24	0,44	19,76
<b>Итого:</b>		<b>251,72</b>	<b>19-07</b>	<b>5,62</b>	<b>4,52</b>	<b>45,74</b>

