



Меню
14.03 - 18.03.2022 года
1-4 классы

Понедельник

Наименование блюд	Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)	Цена	Б	Ж	У
Суп с макаронными изделиями	200	87,20	7-48	2,05	2,22	12,55
Курица запеченная	80	199,20	16-72	13,98	13,99	4,21
Каша ячневая с маслом	150	187,02	8-30	6,38	5,68	41,10
Чай с сахаром	200/15	40,0	1-42	0,53		9,47
Хлеб пшеничный	20	46,76	0-98	1,58	0,20	9,66
Хлеб ржаной	40	91,96	2-52	2,24	0,44	19,76
Итого:		652,14	37-42	26,76	22,53	96,75

Вторник

Наименование блюд	Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)	Цена	Б	Ж	У
Суп из бобовых	200	118,60	12-80	4,39	0,42	13,22
Гуляш из курицы	25/80	83,10	23-08	12,2	4,55	0,40
Макароны отварные	150	244,50	10-23	5,10	9,10	34,20
Кисель фруктовый	200	111,60	6-42	0,07	0,04	23,04
Хлеб пшеничный	20	46,76	0-98	1,58	0,20	9,66
Хлеб ржаной	40	91,96	2-52	2,24	0,44	19,76
Итого:		696,52	56-03	25,58	14,75	100,28

Среда

Наименование блюд	Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)	Цена	Б	Ж	У
Суп из овощей	200	132,00	10-19	4,92	4,48	17,8
Котлета мясная из говядины	80	230,67	49-92	9,87	17,33	8,80
Каша пшеничная с маслом	150	309,00	9-14	16,00	1,00	70,00
Чай с сахаром	200/15	40,0	1-42	0,53		9,47
Хлеб пшеничный	20	46,76	0-98	1,58	0,20	9,66
Хлеб ржаной	40	91,96	2-52	2,24	0,44	19,76
Итого:		850,39	74-17	35,14	23,45	135,49

Четверг

Наименование блюд	Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)	Цена	Б	Ж	У
Суп картофельный с крупой	200	68,60	14-39	1,57	2,17	9,69
Рыба запеченная	80	101,20	14-72	14,71	4,81	10,30
Рис отварной	150	210,11	9-60	3,67	5,42	36,57
Чай с сахаром	200/15	40,0	1-42	0,53		9,47
Хлеб пшеничный	20	46,76	0-98	1,58	0,20	9,66
Хлеб ржаной	40	91,96	2-52	2,24	0,44	19,76
Итого:		592,43	43-63	32,29	11,89	87,03

Пятница

Наименование блюд	Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)	Цена	Б	Ж	У
Борщ с фасолью	200	55,00	9-45	1,46	4,39	3,40
Каша из пшена и риса	150	193,60	16-03	3,39	8,72	25,25
Какао с молоком	200	125,11	13-59	3,78	0,67	26,00
Хлеб пшеничный	20	46,76	0-98	1,58	0,20	9,66
Хлеб ржаной	40	91,96	2-52	2,24	0,44	19,76
	Итого:	512,43	42-57	12,45	14,42	84,07

Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение
«Верхнесуерская средняя общеобразовательная школа»



«УТВЕРЖДАЮ»

Директор школы: *Гени* Р.А.Чекирлан

Меню
14.03 - 18.03.2022 года
5-11 классы

Понедельник

Наименование блюд	Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)	Цена	Б	Ж	У
Суп с макаронными изделиями	250	87,20	7-90	2,05	2,22	12,55
Чай с сахаром	200/15	40,0	1-42	0,53		9,47
Хлеб пшеничный	20	46,76	0-98	1,58	0,20	9,66
Хлеб ржаной	40	91,96	2-52	2,24	0,44	19,76
Итого:		256,92	12-82	6,40	2,88	51,44

Вторник

Наименование блюд	Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)	Цена	Б	Ж	У
Каша пшеничная с маслом	250	229,50	10-05	8,80	7,62	50,50
Чай с сахаром	200/15	40,0	1-42	0,53		9,47
Хлеб пшеничный	20	46,76	0-98	1,58	0,20	9,66
Хлеб ржаной	40	91,96	2-52	2,24	0,44	19,76
Итого:		408,22	14-97	13,15	8,26	86,39

Среда

Наименование блюд	Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)	Цена	Б	Ж	У
Суп из овощей	250	132,00	10-50	4,92	4,48	17,80
Чай с сахаром	200/15	40,0	1-42	0,53		9,47
Хлеб пшеничный	20	46,76	0-98	1,58	0,20	9,66
Хлеб ржаной	40	91,96	2-52	2,24	0,44	19,76
Итого:		310,72	15-42	9,27	5,12	56,69

Четверг

Наименование блюд	Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)	Цена	Б	Ж	У
Рыба запеченная	80	101,20	14-72	14,71	4,81	10,30
Рис отварной	200	210,11	9-60	3,67	5,42	36,57
Чай с сахаром	200/15	40,0	1-42	0,53		9,47
Хлеб пшеничный	20	46,76	0-98	1,58	0,20	9,66
Хлеб ржаной	40	91,96	2-52	2,24	0,44	19,76
Итого:		460,83	29-24	30,72	9,72	77,34

Пятница

Наименование блюд	Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)	Цена	Б	Ж	У
Борщ	250	73,00	14-16	1,27	3,88	6,85
Чай с сахаром	200/15	40,0	1-42	0,53		9,47
Хлеб пшеничный	20	46,76	0-98	1,58	0,20	9,66
Хлеб ржаной	40	91,96	2-52	2,24	0,44	19,76
Итого:		251,72	19-08	5,62	4,52	45,74

