

**Меню**  
17.01 - 21.01.2022 года  
**1-4 классы**

**Понедельник**

Наименование блюд	Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)	Цена	Б	Ж	У
Суп с макаронными изделиями	200	87,20	9-13	2,05	2,22	12,55
Курица запеченная	80	119,20	16-85	13,98	13,99	4,21
Рис отварной	150	210,11	8-32	3,67	5,42	36,57
Какао с молоком	200	125,11	10-87	3,78	0,67	26,00
Хлеб пшеничный	60	46,76	2-76	1,58	0,20	9,66
<b>Итого:</b>		<b>668,38</b>	<b>47-93</b>	<b>25,06</b>	<b>22,5</b>	<b>88,99</b>

**Вторник**

Наименование блюд	Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)	Цена	Б	Ж	У
Борщ	200	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 фруктов	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 гороховый	200	68,6	10-49	1,57	2,17	9,69
Рагу овощное с курицей	200	217	31-58	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>54-65</b>	<b>18,60</b>	<b>12,38</b>	<b>61,12</b>

**Четверг**

Наименование блюд	Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)	Цена	Б	Ж	У
Суп из овощей	200	132	16-98	4,92	4,48	17,8
Рыба запеченная	80	143,41	15-13	22,7	3,66	1,88
Макаронны отварные	150	244,5	3-30	9,1	5,42	34,2
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>699,47</b>	<b>50-08</b>	<b>35,46</b>	<b>17,74</b>	<b>110,8</b>

**Пятница**

Наименование блюд	Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)	Цена	Б	Ж	У
Рассольник ленинградский	200	71,80	17-93	1,41	3,96	6,32
Котлета мясная	80	230,67	38,50	9,87	17,33	8,80
Гречка отварная	150	231,86	9-65	8,90	4,10	39,84
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>692,69</b>	<b>73-87</b>	<b>21,83</b>	<b>25,63</b>	<b>87,66</b>

Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение  
«Верхнесуерская средняя общеобразовательная школа»

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



**Меню**  
17.01 - 21.01.2022 года  
**5-11 классы**

**Понедельник**

Наименование блюд	Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)	Цена	Б	Ж	У
Каша пшеничная с маслом	250	309	9-38	17,13	22,74	9,12
Курица запеченная	80	199,20	17-00	13,98	13,99	4,21
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>594,96</b>	<b>30-50</b>	<b>32,09</b>	<b>14,19</b>	<b>23,34</b>

**Вторник**

Наименование блюд	Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)	Цена	Б	Ж	У
Борщ	250	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	10-58	8,90	4,55	0,4
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>14-70</b>	<b>11,01</b>	<b>4,75</b>	<b>19,53</b>

**Четверг**

Наименование блюд	Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)	Цена	Б	Ж	У
Рыба запеченная	100	143,41	16-05	22,7	4,81	10,30
Рис отварной	200	210,11	8-90	3,67	5,42	36,57
Чай с сахаром	200/15	40,0	1-32	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>28,49</b>	<b>10,43</b>	<b>66,0</b>

**Пятница**

Наименование блюд	Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)	Цена	Б	Ж	У
Рассольник Ленинградский	250	71,80	17-93	4,41	3,96	6,32
Чай с сахаром	200/15	40,0	1-32	0,53		9,47
Хлеб пшеничный	60	46,76	2-76	1,58	0,20	9,66
<b>Итого:</b>		<b>158,56</b>	<b>22-05</b>	<b>3,52</b>	<b>4,16</b>	<b>25,45</b>

