

**Меню**  
24.01 - 28.01.2022 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	17-40	1,8	4,98	8,13
Жаркое по домашнему из говядины	200	295,0	51-51	16,20	18,09	16,58
Компот из сухофруктов	200	132,8	9-15	1,16	0,30	47,26
Хлеб пшеничный	60	46,76	2-76	1,58	0,20	9,66
<b>Итого:</b>		<b>559,04</b>	<b>80-82</b>	<b>20,74</b>	<b>23,57</b>	<b>81,63</b>

**Вторник**

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	199,20	16-85	13,98	13,90	4,21
Рис отварной	150	210,11	8-32	3,67	5,42	36,57
Компот из свежих яблок	200	97,60	6-03	0,16	0,16	23,88
Хлеб пшеничный	60	46,76	2-76	1,58	0,20	9,66
<b>Итого:</b>		<b>640,87</b>	<b>43-09</b>	<b>21,44</b>	<b>21,90</b>	<b>86,87</b>

**Среда**

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>

**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	101,2	15-13	22,7	3,66	1,88
Макаронны отварные	150	244,5	3-30	9,1	5,42	34,2
Компот из свежих яблок	200	97,60	6-03	1,16	0,16	23,88
Хлеб пшеничный	60	46,76	2-76	1,58	0,20	9,66
<b>Итого:</b>		<b>622,06</b>	<b>44-20</b>	<b>35,46</b>	<b>17,60</b>	<b>87,42</b>

**Пятница**

Наименование блюд	Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)	Цена	Б	Ж	У
Каша из овсяных хлопьев на молоке	200	208,24	14-08	6,10	4,0	36,96
Бутерброд с ветчиной	30/20	71,66	6-17	4,46	5,90	
Чай с лимоном	200	41,60	2-48	0,53		9,87
<b>Итого:</b>		<b>321,5</b>	<b>22-73</b>	<b>11,27</b>	<b>9,9</b>	<b>46,83</b>

Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение  
«Верхнесуерская средняя общеобразовательная школа»

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



**Меню**  
24.01 - 28.01.2022 года  
**5-11 классы**

**Понедельник**

Наименование блюд	Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)	Цена	Б	Ж	У
Щи из свежей капусты с картофелем	250	84,48	17-62	1,8	4,98	8,13
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>171,24</b>	<b>21-74</b>	<b>3,91</b>	<b>5,18</b>	<b>27,26</b>

**Вторник**

Наименование блюд	Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)	Цена	Б	Ж	У
Курица запеченная	100	199,20	17-00	13,98	13,90	4,21
Рис отварной	200	210,11	8-50	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>496,07</b>	<b>29,62</b>	<b>19,76</b>	<b>19,52</b>	<b>59,91</b>

**Среда**

Наименование блюд	Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)	Цена	Б	Ж	У
Рассольник ленинградский	250	71,80	17-93	1,41	3,96	6,32
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>158,56</b>	<b>22-05</b>	<b>3,52</b>	<b>4,16</b>	<b>25,45</b>

**Четверг**

Наименование блюд	Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)	Цена	Б	Ж	У
Рыба запеченная	100	101,2	16-05	22,7	3,66	1,88
Макароны отварные	200	244,5	5-10	9,1	5,42	34,2
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>432,46</b>	<b>25-27</b>	<b>29,91</b>	<b>12,96</b>	<b>55,21</b>

**Пятница**

Наименование блюд	Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)	Цена	Б	Ж	У
Борщ с фасолью	250	55,0	11-67	1,46	4,39	3,4
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>141,76</b>	<b>15-79</b>	<b>3,57</b>	<b>4,59</b>	<b>22,53</b>

