

Меню
31.01 - 04.02.2022 года
1-4 классы

Понедельник

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	13,90	4,21
Рис отварной	150	210,11	9-54	3,67	5,42	36,57
Компот из свежих яблок	200	97,60	6-01	0,16	0,16	23,88
Хлеб пшеничный	60	46,76	2-88	1,58	0,20	9,66
Итого:		640,87	55-16	21,44	21,90	86,87

Вторник

Наименование блюд	Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)	Цена	Б	Ж	У
Суп гороховый	200	118,6	13-81	4,39	0,42	13,22
Рагу овощное с курицей	200	217,0	31-42	12,56	11,72	15,2
Кисель фруктовый	200	111,60	6-41	0,07	0,04	23,04
Хлеб пшеничный	60	46,76	2-88	1,58	0,20	9,66
Итого:		493,96	54-52	18,6	12,38	61,12

Среда

Наименование блюд	Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)	Цена	Б	Ж	У
Борщ	200	73,0	14-02	1,27	3,88	6,85
Гуляш из говядины	80	164	57-53	13,36	14,08	3,27
Гречка отварная	150	231,86	10-94	8,90	4,10	39,84
Чай с сахаром	200/15	40,0	1-39	0,53		9,47
Хлеб пшеничный	60	46,76	2-88	1,58	0,20	9,66
Итого:		555,62	86-75	25,64	22,26	69,09

Четверг

Наименование блюд	Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)	Цена	Б	Ж	У
Суп картофельный с крупой	200	68,6	13-69	1,57	2,17	9,69
Рыба запеченная	80	101,2	16-59	14,71	4,81	47,26
Рис отварной	150	210,11	5-27	1,16	0,30	36,57
Компот из сухофруктов	200	132,8	10-87	3,78	0,67	26,00
Хлеб пшеничный	60	46,76	2-88	1,58	0,20	9,66
Итого:		559,47	47-97	22,69	12,9	113,48

Пятница

Наименование блюд	Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)	Цена	Б	Ж	У
Суп из овощей	200	75,03	15-30	2,28	2,33	11,25
Каша пшеничная молочная	200	220,98	18-57	9,12	5,37	47,8
Бутерброд с сыром	30/15	157	14-91	5,8	8,3	14,83
Чай с сахаром	200/15	40,0	1-39	0,53		9,47
Итого:		493,01	50-01	17,73	16	83,35



Меню
31.01 - 04.02.2022 года
5-11 классы

Понедельник

Наименование блюд	Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)	Цена	Б	Ж	У
Курица запеченная	100	199,20	24-00	13,98	13,90	4,21
Пюре гороховое	200	298	7-63	20,5	2,0	44,0
Чай с сахаром	200/15	40,0	1-39	0,53		9,47
Хлеб пшеничный	60	46,76	2-88	1,58	0,20	9,66
Итого:		583,96	35-90	34,68	16,1	67,34

Вторник

Наименование блюд	Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)	Цена	Б	Ж	У
Суп гороховый	250	118,6	14-00	4,39	0,42	13,22
Чай с сахаром	200/15	40,0	1-39	0,53		9,47
Хлеб пшеничный	60	46,76	2-88	1,58	0,20	9,66
Итого:		205,36	18-27	6,50	0,62	32,35

Среда

Наименование блюд	Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)	Цена	Б	Ж	У
Гуляш из курицы	100	83,1	23-15	12,2	4,55	0,4
Гречка отварная	200	231,86	11-00	8,90	4,10	30-84
Чай с сахаром	200/15	40,0	1-39	0,53		9,47
Хлеб пшеничный	60	46,76	2-88	1,58	0,20	9,66
Итого:		401,72	38-42	23-21	8,85	59,37

Четверг

Наименование блюд	Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)	Цена	Б	Ж	У
Рыба запеченная	100	101,2	17-00	14-71	4-81	10-30
Рис отварной	200	210,11	9-54	3,67	5,42	36,57
Чай с сахаром	200/15	40,0	1-39	0,53		9,47
Хлеб пшеничный	60	46,76	2-88	1,58	0,20	9,66
Итого:		398,07	30-81	20,49	10,43	66,0

Пятница

Наименование блюд	Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)	Цена	Б	Ж	У
Суп из овощей	250	75,03	15-30	2,28	2,33	11,25
Чай с сахаром	200/15	40,0	1-39	0,53		9,47
Хлеб пшеничный	60	46,76	2-88	1,58	0,20	9,66
Итого:		161,79	19-57	4,39	2,53	30,38