Утверждаю

 Директор

МКОУ «Туруханская СШ № 1»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Т.В. Рыбянец

 «18» января 2021 года

Ежедневное меню

средняя общеобразовательная школа

|  |
| --- |
| Завтрак |
|  | Наименование блюд | Масса  | Калории |
|  | Суп молочный | 200 гр. | 234,24 |
|  | Яйцо отварное | 40 гр. | 62,80 |
|  | Апельсин | 100 гр. | 44,00 |
|  | Кефир баланс  | 200 гр. | 52,00 |
|  | Какао с молоком | 200 гр. | 141,36 |
|  | Хлеб пшеничный | 50 гр. | 109,00 |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
| Обед |
|  | Наименование блюд | Масса  | Калории  |
|  | Огурец соленный | 50 гр. | 8,50 |
|  | Суп картофельный с бобовыми | 250 гр. | 136,00 |
|  | Шницель из говядины | 80 гр. | 143,38 |
|  | Сложный гарнир | 200 гр. | 206,44 |
|  | Компот из свежих фруктов | 200 гр. | 116,00 |
|  | Хлеб пшеничный | 90 гр. | 109,00 |

 Утверждаю

 Директор

МКОУ «Туруханская СШ № 1»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Т.В. Рыбянец

 «18» января 2021 года

Ежедневное меню

начальная общеобразовательная школа

|  |
| --- |
| Завтрак |
|  | Наименование блюд | Масса  | Калории |
|  | Суп молочный | 200 гр. | 234,24 |
|  | Яйцо отварное | 40 гр. | 62,80 |
|  | Апельсин | 100 гр. | 44,00 |
|  | Йогурт  | 115 гр. | 140,00 |
|  | Какао с молоком | 200 гр. | 141,36 |
|  | Хлеб пшеничный | 50 гр. | 109,00 |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
| Обед |
|  | Наименование блюд | Масса  | Калории  |
|  | Огурец соленный | 50 гр. | 8,50 |
|  | Суп картофельный с бобовыми | 250 гр. | 136,00 |
|  | Шницель из говядины | 80 гр. | 143,38 |
|  | Сложный гарнир | 200 гр. | 206,44 |
|  | Компот из свежих фруктов | 200 гр. | 116,00 |
|  | Хлеб пшеничный | 90 гр. | 109,00 |