Утверждаю

 Директор

МКОУ «Туруханская СШ № 1»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Т.В. Рыбянец

 «19» января 2021 года

Ежедневное меню

средняя общеобразовательная школа

|  |
| --- |
| Завтрак |
|  | Наименование блюд | Масса  | Калории |
|  | Макаронные изделия отварные  | 180 гр. | 193,48 |
|  | Тефтели в/с | 100 гр. | 218,27 |
|  | Пастила  | 100 гр. | 374,00 |
|  | Компот из свежих фруктов | 200 гр. | 116,00 |
|  | Хлеб пшеничный | 90 гр. | 175,60 |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
| Обед |
|  | Наименование блюд | Масса  | Калории |
|  | Зеленый горошек консервированный | 50 гр. | 30,00 |
|  | Щи из свежей капусты | 300 гр. | 148,06 |
|  | Колбасные изделия отварные  | 100 гр. | 179,90 |
|  | Гречка отварная | 180 гр. | 290,79 |
|  | Компот из свежих фруктов | 200 гр. | 116,00 |
|  | Хлеб пшеничный | 140 гр. | 283,60 |

 Утверждаю

 Директор

МКОУ «Туруханская СШ № 1»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Т.В. Рыбянец

 «19» января 2021 года

Ежедневное меню

начальная общеобразовательная школа

|  |
| --- |
| Завтрак |
|  | Наименование блюд | Масса  | Калории |
|  | Макаронные изделия отварные  | 150 гр. | 161,23 |
|  | Тефтели в/с | 80 гр. | 176,62 |
|  | Пастила  | 40 гр. | 163,05 |
|  | Компот из свежих фруктов | 200 гр. | 116,00 |
|  | Хлеб пшеничный | 90 гр. | 175,60 |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
| Обед |
|  | Наименование блюд | Масса  | Калории |
|  | Зеленый горошек консервированный | 25 гр. | 15,00 |
|  | Щи из свежей капусты | 250 гр. | 126,38 |
|  | Колбасные изделия отварные  | 80 гр. | 143,92 |
|  | Гречка отварная | 150 гр. | 255,33 |
|  | Компот из свежих фруктов | 200 гр. | 116,00 |
|  | Хлеб пшеничный | 90 гр. | 175,60 |