Утверждаю

Директор

МКОУ «Туруханская СШ № 1»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Т.В. Рыбянец

«29» января 2021 года

Ежедневное меню

средняя общеобразовательная школа

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Завтрак | | | | |
|  | Наименование блюд | Масса | Калории |
|  | Оладьи со сгущенкой | 200 гр. | 204,00 |
|  | Какао на молоке | 200 гр. | 141,36 |
|  | Йогурт | 115 гр. | 140,00 |
|  | Яблоко | 185 гр. | 63,25 |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
| Обед | | | | |
|  | Наименование блюд | Масса | Калории |
|  | Салат из свежей капусты | 120 гр. | 80,99 |
|  | Рассольник | 300 гр. | 166,72 |
|  | Картофель отварной | 180 гр. | 124,37 |
|  | Биточки из говядины | 100 гр. | 113,34 |
|  | Компот из свежих фруктов | 200 гр. | 103,96 |
|  | Хлеб пшеничный | 140 гр. | 283,60 |

Утверждаю

Директор

МКОУ «Туруханская СШ № 1»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Т.В. Рыбянец

«29» января 2021 года

Ежедневное меню

начальная общеобразовательная школа

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | |
|  | Наименование блюд | | | | Масса | | | | Калории | | | | | | |
|  | | Оладьи со сгущенкой | | | | 200 гр. | | | | 204,00 | | | | | | |
|  | | Какао на молоке | | | | 200 гр. | | | | 141,36 | | | | | | |
|  | | Йогурт | | | | 115 гр. | | | | 140,00 | | | | | | |
|  | | Яблоко | | | | 185 гр. | | | | 63,25 | | | | | | |
|  | |  | | | |  | | | |  | | | | | | |
|  | |  | | | |  | | | |  | | | | | | |
|  | | | |  | | | |  | | | |  | | | | | | |
|  | | | |  | | | |  | | | |  | | | | | | |
| Обед | | | | | | | | | | | | |
|  | | Наименование блюд | | | | Масса | | | | Калории | | | | | | |
|  | | | Салат из свежей капусты | | | | 100 гр. | | | | 67,49 | | | |
|  | | | Рассольник | | | | 250 гр. | | | | 104,75 | | | |
|  | | | Картофель отварной | | | | 150 гр. | | | | 103,64 | | | |
|  | | | Биточки из говядины | | | | 80 гр. | | | | 103,38 | | | |
|  | | | Компот из свежих фруктов | | | | 200 гр. | | | | 103,96 | | | |
|  | | | Хлеб пшеничный | | | | 100 гр. | | | | 196,40 | | | |
|  | | | | | | | | | | | | | | | | | |