Утверждаю

Директор

МКОУ «Туруханская СШ № 1»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Т.В. Рыбянец

«01» февраля 2021 года

Ежедневное меню

средняя общеобразовательная школа

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Завтрак | | | | |
|  | Наименование блюд | Масса | Калории |
|  | Каша манная | 250 гр. | 262,84 |
|  | Сыр порционный | 40 гр. | 100,20 |
|  | Какао на молоке | 200 гр. | 141,36 |
|  | Хлеб пшеничный | 90 гр. | 174,60 |
|  | Йогурт | 115 гр. | 120,00 |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
| Обед | | | | |
|  | Наименование блюд | Масса | Калории |
|  | Зеленый горошек консервированный | 50 гр. | 5,60 |
|  | Щи из свежей капусты | 300 гр. | 148,06 |
|  | Колбасные изделия отварные | 100 гр. | 179,90 |
|  | Сложный гарнир | 200 гр. | 206,44 |
|  | Компот из свежих фруктов | 200 гр. | 116,00 |
|  | Хлеб пшеничный | 140 гр. | 283,60 |

Утверждаю

Директор

МКОУ «Туруханская СШ № 1»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Т.В. Рыбянец

«01» февраля 2021 года

Ежедневное меню

начальная общеобразовательная школа

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | |
|  | Наименование блюд | | | | Масса | | | | Калории | | | | | | |
|  | | Каша манная | | | | 205 гр. | | | | 205,77 | | | | | | |
|  | | Сыр порционный | | | | 33 гр. | | | | 82,67 | | | | | | |
|  | | Какао на молоке | | | | 200 гр. | | | | 141,36 | | | | | | |
|  | | Хлеб пшеничный | | | | 90 гр. | | | | 174,60 | | | | | | |
|  | | Йогурт | | | | 115 гр. | | | | 120,00 | | | | | | |
|  | |  | | | |  | | | |  | | | | | | |
|  | |  | | | |  | | | |  | | | | | | |
|  | | | |  | | | |  | | | |  | | | | | | |
| 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 | | | |
|  | | | Сложный гарнир | | | | 200 гр. | | | | 206,44 | | | |
|  | | | Компот из свежих фруктов | | | | 200 гр. | | | | 116,00 | | | |
|  | | | Хлеб пшеничный | | | | 90 гр. | | | | 174,60 | | | |
|  | | | | | | | | | | | | | | | | | |