Утверждаю

 Директор

МКОУ «Туруханская СШ № 1»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Т.В. Рыбянец

 «02» февраля 2021 года

Ежедневное меню

средняя общеобразовательная школа

|  |
| --- |
| Завтрак |
|  | Наименование блюд | Масса  | Калории |
|  | Тефтели  | 100 гр. | 218,27 |
|  | Картофельное пюре | 180 гр. | 128,32 |
|  | Соус сметанный | 60 гр. | 57,75 |
|  | Компот из свежих фруктов | 200 гр. | 116,00 |
|  | Хлеб пшеничный  | 100 гр.  | 218,00 |
|  | Йогурт  | 115 гр. | 120,00 |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
| Обед |
|  | Наименование блюд | Масса  | Калории |
|  | Салат из свежей капусты | 100 гр. | 80,99 |
|  | Суп гороховый | 300 гр. | 157,20 |
|  | Курица отварная | 120 гр. | 181,38 |
|  | Рис отварной | 180 гр. | 145,95 |
|  | Компот из свежих фруктов | 200 гр. | 116,00 |
|  | Хлеб пшеничный | 140 гр. | 283,60 |

 Утверждаю

 Директор

МКОУ «Туруханская СШ № 1»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Т.В. Рыбянец

 «02» февраля 2021 года

Ежедневное меню

начальная общеобразовательная школа

|  |
| --- |
| Завтрак |
|  | Наименование блюд | Масса  | Калории |
|  | Тефтели  | 80 гр. | 176,62 |
|  | Картофельное пюре | 150 гр. | 106,93 |
|  | Соус сметанный | 60 гр. | 57,75 |
|  | Компот из свежих фруктов | 200 гр. | 116,00 |
|  | Хлеб пшеничный  | 50 гр.  | 109,00 |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
| Обед |
|  | Наименование блюд | Масса  | Калории |
|  | Салат из свежей капусты | 100 гр. | 67,49 |
|  | Суп гороховый | 250 гр. | 136,00 |
|  | Курица отварная | 120 гр. | 181,38 |
|  | Рис отварной | 150 гр. | 141,63 |
|  | Компот из свежих фруктов | 200 гр. | 116,00 |
|  | Хлеб пшеничный | 140 гр. | 283,60 |
|  |