Утверждаю

Директор

МКОУ «Туруханская СШ № 1»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Т.В. Рыбянец

«03» февраля 2021 года

Ежедневное меню

средняя общеобразовательная школа

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Завтрак | | | | |
|  | Наименование блюд | Масса | Калории |
|  | Запеканка из творога | 200 гр. | 204,00 |
|  | Сгущенное молоко | 40 гр. | 88,36 |
|  | Яблоко | 100 гр. | 63,25 |
|  | Какао с молоком | 200 гр. | 141,36 |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
| Обед | | | | |
|  | Наименование блюд | Масса | Калории |
|  | Салат из свеклы | 120 гр. | 80,99 |
|  | Борщ с капустой | 300 гр. | 202,24 |
|  | Котлета из говядины | 100 гр. | 181,38 |
|  | Каша гречневая | 180 гр. | 290,79 |
|  | Компот из свежих фруктов | 200 гр. | 116,00 |
|  | Хлеб пшеничный | 140 гр. | 274,00 |

Утверждаю

Директор

МКОУ «Туруханская СШ № 1»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Т.В. Рыбянец

«03» февраля 2021 года

Ежедневное меню

начальная общеобразовательная школа

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | |
|  | Наименование блюд | | | | Масса | | | | Калории | | | | | | |
|  | | Запеканка из творога | | | | 200 гр. | | | | 204,00 | | | | | | |
|  | | Сгущенное молоко | | | | 40 гр. | | | | 88,36 | | | | | | |
|  | | Яблоко | | | | 185 гр. | | | | 117,40 | | | | | | |
|  | | Какао с молоком | | | | 200 гр. | | | | 141,36 | | | | | | |
|  | |  | | | |  | | | |  | | | | | | |
|  | |  | | | |  | | | |  | | | | | | |
|  | | | |  | | | |  | | | |  | | | | | | |
| Обед | | | | | | | | | | | | |
|  | | Наименование блюд | | | | Масса | | | | Калории | | | | | | |
|  | | | Салат из свеклы | | | | 100 гр. | | | | 67,49 | | | |
|  | | | Борщ с капустой | | | | 250 гр. | | | | 104,75 | | | |
|  | | | Котлета из говядины | | | | 80 гр. | | | | 143,38 | | | |
|  | | | Каша гречневая | | | | 150 гр. | | | | 255,33 | | | |
|  | | | Компот из свежих фруктов | | | | 200 гр. | | | | 116,00 | | | |
|  | | | Хлеб пшеничный | | | | 90 гр. | | | | 174,60 | | | |
|  | | | | | | | | | | | | | | | | | |