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 |
|  |