Утверждаю

 Директор

МКОУ «Туруханская СШ № 1»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Т.В. Рыбянец

 «05» февраля 2021 года

Ежедневное меню

средняя общеобразовательная школа

|  |
| --- |
| Завтрак |
|  | Наименование блюд | Масса  | Калории |
|  | Оладьи с повидлом  | 100 гр. | 243,75 |
|  | Какао на молоке | 200 гр.  | 141,36 |
|  | Яблоко  | 185 гр.  | 63,25 |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
| Обед |
|  | Наименование блюд | Масса  | Калории |
|  | Салат из свеклы | 120 гр. | 80,99 |
|  | Суп рыбный  | 300 гр. | 122,18 |
|  | Печень по-строгановски | 100 гр. | 190,58 |
|  | 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

 «05» февраля 2021 года

Ежедневное меню

начальная общеобразовательная школа

|  |
| --- |
| Завтрак |
|  | Наименование блюд | Масса  | Калории |
|  | Оладьи с повидлом  | 80 гр. | 195,00 |
|  | Какао на молоке | 200 гр.  | 141,36 |
|  | Яблоко  | 185 гр.  | 63,25 |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
| Обед |
|  | Наименование блюд | Масса  | Калории |
|  | Салат из свеклы | 100 гр. | 43,00 |
|  | Суп рыбный  | 250 гр. | 101,82 |
|  | Печень по-строгановски | 80 гр. | 152,46 |
|  | Рис отварной  | 150 гр. | 141,63 |
|  | Компот из свежих фруктов | 200 гр. | 116,00 |
|  | Хлеб пшеничный | 100 гр. | 218,00 |
|  |