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 | | |
|  | | | | | | | | | | | | | | |