Утверждаю

Директор

МКОУ «Туруханская СШ № 1»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Т.В. Рыбянец

«12» февраля 2021 года

Ежедневное меню

средняя общеобразовательная школа

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Завтрак | | | | |
|  | Наименование блюд | Масса | Калории |
|  | Кукуруза консервированная | 50 гр. | 162,65 |
|  | Картофельное пюре | 180 гр. | 128,32 |
|  | Курица отварная | 100 гр. | 225,90 |
|  | Чай с лимоном | 200 гр. | 48,60 |
|  | Хлеб пшеничный | 100 гр. | 218,00 |
| Обед | | | | |
|  | Наименование блюд | Масса | Калории |
|  | Огурец соленый | 100 гр. | 105,60 |
|  | Борщ с капустой и картофелем | 250 гр. | 168,53 |
|  | Печень по-строгановски | 100 гр. | 179,60 |
|  | Рис отварной | 150 гр. | 141,63 |
|  | Чай с сахаром | 200 гр. | 56,85 |
|  | Хлеб пшеничный | 150 гр. | 327,00 |

Утверждаю

Директор

МКОУ «Туруханская СШ № 1»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Т.В. Рыбянец

«12» февраля 2021 года

Ежедневное меню

начальная общеобразовательная школа

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Завтрак | | | | | | | | | | |
|  | Наименование блюд | | | Масса | | | Калории | | | | | |
|  | | Кукуруза консервированная | | | 50 гр. | | | 162,65 | | | | | |
|  | | Картофельное пюре | | | 150 гр. | | | 106,93 | | | | | |
|  | | Курица отварная | | | 100 гр. | | | 225,90 | | | | | |
|  | | Чай с лимоном | | | 200 гр. | | | 48,60 | | | | | |
|  | | Хлеб пшеничный | | | 50 гр. | | | 109,00 | | | | | |
|  | |  | | |  | | |  | | | | | |
| Обед | | | | | | | | | |
|  | | Наименование блюд | | | Масса | | | Калории | | | | | |
|  | | | Огурец соленый | | | 100 гр. | | | 105,60 | | |
|  | | | Борщ с капустой и картофелем | | | 250 гр. | | | 168,53 | | |
|  | | | Печень по-строгановски | | | 100 гр. | | | 179,60 | | |
|  | | | Рис отварной | | | 150 гр. | | | 141,63 | | |
|  | | | Чай с сахаром | | | 200 гр. | | | 56,85 | | |
|  | | | Хлеб пшеничный | | | 100 гр. | | | 218,00 | | |
|  | | |  | | |  | | |  | | |
|  | | | | | | | | | | | | | | |