



Утверждаю  
Директор  
МКОУ «Туруханская СШ № 1»

Т.В. Рыбнянец

«19» января 2021 года

Ежедневное меню  
средняя общеобразовательная школа

Завтрак

	Наименование блюд	Масса	Калории
1.	Макаронные изделия отварные	180 гр.	193,48
2.	Тефтели в/с	100 гр.	218,27
3.	Пастила	100 гр.	374,00
4.	Компот из свежих фруктов	200 гр.	116,00
5.	Хлеб пшеничный	90 гр.	175,60

Обед

	Наименование блюд	Масса	Калории
1.	Зеленый горошек консервированный	50 гр.	30,00
2.	Щи из свежей капусты	300 гр.	148,06
3.	Колбасные изделия отварные	100 гр.	179,90
4.	Гречка отварная	180 гр.	290,79
5.	Компот из свежих фруктов	200 гр.	116,00
6.	Хлеб пшеничный	140 гр.	283,60



Утверждаю  
Директор  
МКОУ «Туруханская СШ № 1»

Т.В. Рыбьянец

«19» января 2021 года

Ежедневное меню  
начальная общеобразовательная школа

Завтрак

	Наименование блюд	Масса	Калории
1.	Макаронные изделия отварные	150 гр.	161,23
2.	Тефтели в/с	80 гр.	176,62
3.	Пастила	40 гр.	163,05
4.	Компот из свежих фруктов	200 гр.	116,00
5.	Хлеб пшеничный	90 гр.	175,60

Обед

	Наименование блюд	Масса	Калории
1.	Зеленый горошек консервированный	25 гр.	15,00
2.	Щи из свежей капусты	250 гр.	126,38
3.	Колбасные изделия отварные	80 гр.	143,92
4.	Гречка отварная	150 гр.	255,33
5.	Компот из свежих фруктов	200 гр.	116,00
6.	Хлеб пшеничный	90 гр.	175,60