



Утверждаю
Директор
МКОУ «Туруханская СШ № 1»


Т.В. Рыбнянец

«18» января 2021 года

Ежедневное меню
средняя общеобразовательная школа

Завтрак

	Наименование блюд	Масса	Калории
1.	Суп молочный	200 гр.	234,24
2.	Яйцо отварное	40 гр.	62,80
3.	Апельсин	100 гр.	44,00
4.	Кефир баланс	200 гр.	52,00
5.	Какао с молоком	200 гр.	141,36
6.	Хлеб пшеничный	50 гр.	109,00

Обед

	Наименование блюд	Масса	Калории
1.	Огурец соленный	50 гр.	8,50
2.	Суп картофельный с бобовыми	250 гр.	136,00
3.	Шницель из говядины	80 гр.	143,38
4.	Сложный гарнир	200 гр.	206,44
5.	Компот из свежих фруктов	200 гр.	116,00
6.	Хлеб пшеничный	90 гр.	109,00



Утверждаю

Директор

МКОУ «Туруханская СШ № 1»

Т.В. Рыбнянец

«18» января 2021 года

Ежедневное меню
начальная общеобразовательная школа

Завтрак

	Наименование блюд	Масса	Калории
1.	Суп молочный	200 гр.	234,24
2.	Яйцо отварное	40 гр.	62,80
3.	Апельсин	100 гр.	44,00
4.	Йогурт	115 гр.	140,00
5.	Какао с молоком	200 гр.	141,36
6.	Хлеб пшеничный	50 гр.	109,00

Обед

	Наименование блюд	Масса	Калории
1.	Огурец соленый	50 гр.	8,50
2.	Суп картофельный с бобовыми	250 гр.	136,00
3.	Шницель из говядины	80 гр.	143,38
4.	Сложный гарнир	200 гр.	206,44
5.	Компот из свежих фруктов	200 гр.	116,00
6.	Хлеб пшеничный	90 гр.	109,00