



Утверждаю
Директор
МКОУ «Туруханская СШ № 1»

Т.В. Рыбьянец

«27» января 2021 года

Ежедневное меню
средняя общеобразовательная школа

Завтрак

	Наименование блюд	Масса	Калории
1.	Колбасные изделия отварные	60 гр.	167,68
2.	Гречневая каша	180 гр.	290,79
3.	Соус красный	50 гр.	50,32
4.	Чай с сахаром	200 гр.	56,85
5.	Хлеб пшеничный	50 гр.	109,00
6.	Йогурт	115 гр.	135,00

Обед

	Наименование блюд	Масса	Калории
1.	Борщ с капустой	300 гр.	202,24
2.	Бефстроган из говядины	100 гр.	190,58
3.	Макаронные изделия отварные	180 гр.	193,48
4.	Йогурт	115 гр.	135,00
5.	Компот из свежих фруктов	200 гр.	116,00
6.	Хлеб пшеничный	110 гр.	218,20



Утверждаю
Директор
ИМКОУ «Туруханская СШ № 1»

Т.В. Рыбьянец

«27» января 2021 года

Ежедневное меню
начальная общеобразовательная школа

Завтрак

	Наименование блюд	Масса	Калории
1.	Колбасные изделия отварные	60 гр.	167,68
2.	Гречневая каша	150 гр.	255,33
3.	Соус красный	50 гр.	50,32
4.	Чай с сахаром	200 гр.	56,85
5.	Йогурт	115 гр.	135,00
6.	Хлеб пшеничный	50 гр.	109,00

Обед

	Наименование блюд	Масса	Калории
1.	Борщ с капустой	300 гр.	202,24
2.	Бефстроган из говядины	80 гр.	152,46
3.	Макаронные изделия отварные	150 гр.	161,23
4.	Йогурт	115 гр.	135,00
5.	Компот из свежих фруктов	200 гр.	116,00
6.	Хлеб пшеничный	90 гр.	174,60