



Утверждаю  
Директор  
МКОУ «Туруханская СШ № 1»

Т.В. Рыбьянец

«29» января 2021 года

Ежедневное меню  
средняя общеобразовательная школа

Завтрак

	Наименование блюд	Масса	Калории
1.	Оладьи со сгущенкой	200 гр.	204,00
2.	Какао на молоке	200 гр.	141,36
3.	Йогурт	115 гр.	140,00
4.	Яблоко	185 гр.	63,25

Обед

	Наименование блюд	Масса	Калории
1.	Салат из свежей капусты	120 гр.	80,99
2.	Рассольник	300 гр.	166,72
3.	Картофель отварной	180 гр.	124,37
4.	Биточки из говядины	100 гр.	113,34
5.	Компот из свежих фруктов	200 гр.	103,96
6.	Хлеб пшеничный	140 гр.	283,60



Утверждаю  
Директор  
МКОУ «Туруханская СПШ № 1»

 Т.В. Рыбянец

«29» января 2021 года

Ежедневное меню  
начальная общеобразовательная школа

Завтрак

Наименование блюд	Масса	Калории
1. Оладьи со сгущенкой	200 гр.	204,00
2. Какао на молоке	200 гр.	141,36
3. Йогурт	115 гр.	140,00
4. Яблоко	185 гр.	63,25

Обед

Наименование блюд	Масса	Калории
1. Салат из свежей капусты	100 гр.	67,49
2. Рассольник	250 гр.	104,75
3. Картофель отварной	150 гр.	103,64
4. Биточки из говядины	80 гр.	103,38
5. Компот из свежих фруктов	200 гр.	103,96
6. Хлеб пшеничный	100 гр.	196,40