Утверждаю

Директор

МБОУ «Туруханская СШ № 1»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Т.В. Рыбянец

«02» марта 2021 года

Ежедневное меню

средняя общеобразовательная школа

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Завтрак | | | | |
|  | Наименование блюд | Масса | Калории |
|  | Каша овсяная | 250 гр. | 262,84 |
|  | Яблоко | 185 гр. | 63,25 |
|  | Йогурт | 115 гр. | 120,00 |
|  | Какао с молоком | 200 гр. | 141,36 |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
| Обед | | | | |
|  | Наименование блюд | Масса | Калории |
|  | Зеленый горошек | 50 гр. | 30,00 |
|  | Щи из свежей капусты | 300 гр. | 148,00 |
|  | Сложный гарнир | 200 гр. | 206,44 |
|  | Колбасные изделия отварные | 100 гр. | 179,90 |
|  | Компот из свежих фруктов | 200 гр. | 116,00 |
|  | Хлеб пшеничный | 100 гр. | 218,00 |

Утверждаю

Директор

МБОУ «Туруханская СШ № 1»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Т.В. Рыбянец

«02» марта 2021 года

Ежедневное меню

начальная общеобразовательная школа

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Завтрак | | | | | | | | | | |
|  | Наименование блюд | | | Масса | | | Калории | | | | | |
|  | | Каша овсяная | | | 205 гр. | | | 205,77 | | | | | |
|  | | Яблоко | | | 185 гр. | | | 63,25 | | | | | |
|  | | Йогурт | | | 115 гр. | | | 120,00 | | | | | |
|  | | Какао с молоком | | | 200 гр. | | | 141,36 | | | | | |
|  | |  | | |  | | |  | | | | | |
|  | |  | | |  | | |  | | | | | |
| Обед | | | | | | | | | |
|  | | Наименование блюд | | | Масса | | | Калории | | | | | |
|  | | | Зеленый горошек | | | 25 гр. | | | 15,00 | | |
|  | | | Щи из свежей капусты | | | 250 гр. | | | 126,38 | | |
|  | | | Сложный гарнир | | | 200 гр. | | | 206,44 | | |
|  | | | Колбасные изделия отварные | | | 80 гр. | | | 143,92 | | |
|  | | | Компот из свежих фруктов | | | 200 гр. | | | 116,00 | | |
|  | | | Хлеб пшеничный | | | 100 гр. | | | 218,00 | | |
|  | | |  | | |  | | |  | | |
|  | | | | | | | | | | | | | | |