Утверждаю

Директор

МБОУ «Туруханская СШ № 1»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Т.В. Рыбянец

«11» марта 2021 года

Ежедневное меню

начальная общеобразовательная школа

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Завтрак | | | | |
|  | Наименование блюд | Масса | Калории |
|  | Плов с мясом | 200 гр. | 240,56 |
|  | Чай с лимоном | 200 гр. | 39,10 |
|  | Апельсин | 185 гр. | 44,00 |
|  | Хлеб пшеничный | 50 гр. | 109,00 |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
| Обед | | | | |
|  | Наименование блюд | Масса | Калории |
|  | Икра кабачковая | 80 гр. | 62,80 |
|  | Суп с бобовыми | 250 гр. | 136,00 |
|  | Курица отварная | 100 гр. | 161,35 |
|  | Пюре картофельное | 150 гр. | 106,93 |
|  | Компот и свежих фруктов | 200 гр. | 116,00 |
|  | Хлеб пшеничный | 50 гр. | 109,00 |

Утверждаю

Директор

МБОУ «Туруханская СШ № 1»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Т.В. Рыбянец

«11» марта 2021 года

Ежедневное меню

средняя общеобразовательная школа

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Завтрак | | | | | | | | | |
|  | Наименование блюд | | Масса | | | Калории | | | | | |
|  | | Плов с мясом | | 200 гр. | | | 240,56 | | | | | |
|  | | Чай с лимоном | | 200 гр. | | | 39,10 | | | | | |
|  | | Апельсин | | 185 гр. | | | 44,00 | | | | | |
| 4. | | Хлеб пшеничный | | 100 гр. | | | 218,00 | | | | | |
|  | |  | |  | | |  | | | | | |
|  | |  | |  | | |  | | | | | |
| Обед | | | | | | | | |
|  | | Наименование блюд | | Масса | | | Калории | | | | | |
|  | Икра кабачковая | | | | 80 гр. | | | 62,80 | | |
|  | Суп с бобовыми | | | | 250 гр. | | | 136,00 | | |
|  | Курица отварная | | | | 120 гр. | | | 181,38 | | |
|  | Пюре картофельное | | | | 150 гр. | | | 106,93 | | |
|  | Компот и свежих фруктов | | | | 200 гр. | | | 116,00 | | |
|  | Хлеб пшеничный | | | | 100 гр. | | | 218,00 | | |
|  |  | | | |  | | |  | | |
|  | | | | | | | | | | | | | |