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 |
|  |  |  |  |
|  |