Утверждаю

 Директор

МБОУ «Туруханская СШ № 1»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Т.В. Рыбянец

 «16» марта 2021 года

Ежедневное меню

начальная общеобразовательная школа

|  |
| --- |
| Завтрак |
|  | Наименование блюд | Масса  | Калории |
|  | Курица отварная | 120 гр. | 181,38 |
|  | Каша гречневая | 150 гр.  | 255,33 |
|  | Компот из свежих фруктов | 200 гр.  | 116,00 |
|  | Хлеб пшеничный | 75 гр. | 156,00 |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
| Обед |
|  | Наименование блюд | Масса  | Калории |
|  | Икра кабачковая  | 80 гр. | 62,08 |
|  | Суп гороховый с курицей | 250 гр. | 136,00 |
|  | Тефтеля мясная | 80 гр. | 176,62 |
|  | Картофель отварной | 150 гр. | 103,64 |
|  | Компот и свежих фруктов | 200 гр. | 116,00 |
|  | Хлеб пшеничный | 75 гр. | 156,00 |

 Утверждаю

 Директор

МБОУ «Туруханская СШ № 1»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Т.В. Рыбянец

 «16» марта 2021 года

Ежедневное меню

средняя общеобразовательная школа

|  |
| --- |
| Завтрак |
|  | Наименование блюд |  Масса  | Калории |
|  | Курица отварная | 120 гр. | 181,38 |
|  | Каша гречневая | 180 гр.  | 290,79 |
|  | Компот из свежих фруктов | 200 гр.  | 116,00 |
| 4. | Хлеб пшеничный | 100 гр. | 218,00 |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
| Обед |
|  | Наименование блюд |  Масса  | Калории |
|  | Икра кабачковая  | 100 гр. | 77,60 |
|  | Суп гороховый с курицей | 300 гр. | 157,20 |
|  | Тефтеля мясная | 100 гр. | 218,27 |
|  | Картофель отварной | 180 гр. | 124,37 |
|  | Компот и свежих фруктов | 200 гр. | 116,00 |
|  | Хлеб пшеничный | 100 гр. | 218,00 |
|  |  |  |  |
|  |