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 | | |
|  |  | | | |  | | |  | | |
|  | | | | | | | | | | | | | |