Утверждаю

 Директор

МБОУ «Туруханская СШ № 1»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Т.В. Рыбянец

 «18» марта 2021 года

Ежедневное меню

начальная общеобразовательная школа

|  |
| --- |
| Завтрак |
|  | Наименование блюд | Масса  | Калории |
|  | Жаркое по-домашнему | 230 гр. | 334,95 |
|  | Апельсин  | 185 гр.  | 197,00 |
|  | Чай с молоком | 200 гр.  | 39,10 |
|  | Хлеб пшеничный | 100 гр.  | 218,00 |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
| Обед |
|  | Наименование блюд | Масса  | Калории |
|  | Икра кабачковая  | 80 гр. | 62,08 |
|  | Суп рыбный | 250 гр. | 143,38 |
|  | Сосиски отварные | 60 гр. | 167,68 |
|  | 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

 «18» марта 2021 года

Ежедневное меню

средняя общеобразовательная школа

|  |
| --- |
| Завтрак |
|  | Наименование блюд |  Масса  | Калории |
|  | Жаркое по-домашнему | 280 гр. | 407,76 |
|  | Апельсин  | 185 гр.  | 197,00 |
|  | Чай с молоком | 200 гр.  | 39,10 |
| 4. | Хлеб пшеничный | 100 гр.  | 218,00 |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
| Обед |
|  | Наименование блюд |  Масса  | Калории |
|  | Икра кабачковая  | 100 гр. | 77,60 |
|  | Суп рыбный | 300 гр. | 122,18 |
|  | Сосиски отварные | 100 гр. | 176,90 |
|  | Пюре картофельное  | 180 гр. | 128,32 |
|  | Компот и свежих фруктов | 200 гр. | 116,00 |
|  | Хлеб пшеничный | 60 гр. | 130,80 |
|  |  |  |  |
|  |