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