Утверждаю

 Директор

МБОУ «Туруханская СШ № 1»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Т.В. Рыбянец

 «22» марта 2021 года

Ежедневное меню

начальная общеобразовательная школа

|  |
| --- |
| Завтрак |
|  | Наименование блюд | Масса  | Калории |
|  | Каша манная | 205 гр. | 205,77 |
|  | Булочка с сахаром | 80 гр.  | 217,40 |
|  | Зефир | 30 гр.  | 86,01 |
|  | Какао | 200 гр. | 141,36 |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
| Обед |
|  | Наименование блюд | Масса  | Калории |
|  | Зеленый горошек | 25 гр. | 15,00 |
|  | Щи из свежей капусты | 250 гр. | 126,38 |
|  | Тефтеля в/с | 80 гр. | 143,92 |
|  | Сложный гарнир | 200 гр. | 206,44 |
|  | Компот и свежих фруктов | 200 гр. | 116,00 |
|  | Хлеб пшеничный | 50 гр. | 109,00 |

 Утверждаю

 Директор

МБОУ «Туруханская СШ № 1»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Т.В. Рыбянец

 «22» марта 2021 года

Ежедневное меню

средняя общеобразовательная школа

|  |
| --- |
| Завтрак |
|  | Наименование блюд |  Масса  | Калории |
|  | Каша манная | 250 гр. | 262,84 |
|  | Булочка с сахаром | 80 гр.  | 217,40 |
|  | Зефир | 50 гр.  | 86,01 |
| 4. | Какао | 200 гр. | 172,02 |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
| Обед |
|  | Наименование блюд |  Масса  | Калории |
|  | Зеленый горошек | 50 гр. | 30,00 |
|  | Щи из свежей капусты | 300 гр. | 148,06 |
|  | Тефтеля в/с | 100 гр. | 179,90 |
|  | Сложный гарнир | 200 гр. | 206,44 |
|  | Компот и свежих фруктов | 200 гр. | 116,00 |
|  | Хлеб пшеничный | 100 гр. | 218,00 |
|  |  |  |  |
|  |