Утверждаю

 И.о. директора

МБОУ «Туруханская СШ № 1»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Н.А. Кусамина

 «28» июня 2021 года

Ежедневное меню

средняя образовательная школа

|  |
| --- |
| Завтрак |
|  | Наименование блюд | Масса  | Калории |
|  | Суп молочный с макаронными изделиями | 200 гр. | 151,00 |
|  | Яйцо отварное | 40 гр. | 63,00 |
|  | Масло сливочное | 11 гр.  | 71,17 |
|  | Хлеб пшеничный | 70 гр.  | 164,50 |
|  | Какао на молоке | 200 гр. | 170,00 |
|  | Вафли  | 45 гр. | 142,95 |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
| Обед |
|  | Наименование блюд | Масса  | Калории |
|  | Рассольник ленинградский | 255 гр.  | 120,00 |
|  | Поджарка из говядины | 100 гр. | 105,00 |
|  | Рис отварной с овощами | 180 гр. | 199,20 |
|  | Компот и свежих фруктов | 200 гр. | 140,00 |
|  | Хлеб пшеничный | 140 гр. | 171,60 |
|  |  |  |  |

 Утверждаю

 И.о. директора

МБОУ «Туруханская СШ № 1»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Н.А. Кусамина

 «29» июня 2021 года

Ежедневное меню

начальная образовательная школа

|  |
| --- |
| Завтрак |
|  | Наименование блюд |  Масса  | Калории |
|  | Каша рисовая на молоке | 200 гр. | 276,00 |
|  | Булочка с повидлом | 75 гр. | 145,93 |
|  | Чай молоком | 200 гр.  | 138,00 |
|  | Йогурт | 100 гр.  | 140,00 |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
| Обед |
|  | Наименование блюд |  Масса  | Калории |
|  | Суп с рыбными консервами | 250 гр.  | 139,00 |
|  | Жаркое по-домашнему | 200гр. | 242,00 |
|  | Кукуруза консервированная | 100,00 | 3,67 |
|  | Сок | 200 гр. | 136,00 |
|  | Компот и свежих фруктов | 200 гр. | 116,00 |
|  | Хлеб пшеничный | 140 гр. | 171,60 |
|  | Банан  | 100 гр. | 144,40 |
|  |  |  |  |
|  |