Утверждаю

 Директор

МБОУ «Туруханская СШ № 1»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Т.В. Рыбянец

 «03» марта 2022 года

Ежедневное меню

основное и среднее общее образование

|  |
| --- |
| Завтрак |
|  | Наименование блюд | Масса  | Калории |
|  | Рыба тушенная в томатном соусе с овощами | 100 гр. | 101,11 |
|  | Картофельное пюре | 180 гр. | 165,60 |
|  | Чай с сахаром | 200 гр. | 56,85 |
|  | Мармелад  | 40 гр. | 186,32 |
|  | Хлеб пшеничный | 100 гр.  | 218,00 |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
| Обед |
|  | Наименование блюд | Масса  | Калории |
|  | Суп гороховый с картофелем и курицей | 300 гр. | 157,00 |
|  | Плов с мясом | 200 гр. | 240,56 |
|  | Помидор свежий  | 150 гр. | 64,50 |
|  | Компот из свежих фруктов | 200 гр. | 116,00 |
|  | Хлеб пшеничный | 100 гр.  | 218,00 |
|  |  |  |  |

 Утверждаю

 Директор

МБОУ «Туруханская СШ № 1»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Т.В. Рыбянец

 «03» марта 2022 года

Ежедневное меню

начальное общее образование

|  |
| --- |
| Завтрак |
|  | Наименование блюд |  Масса  | Калории |
|  | Рыба тушенная в томатном соусе с овощами | 90 гр. | 91,00 |
|  | Картофельное пюре | 180 гр. | 165,60 |
|  | Чай с сахаром | 200 гр. | 56,85 |
| 4 | Мармелад  | 40 гр. | 186,32 |
| 5 | Хлеб пшеничный | 100 гр.  | 218,00 |
|  |  |  |  |
| Обед |
|  | Наименование блюд |  Масса  | Калории |
|  | Суп гороховый с картофелем и курицей | 250 гр. | 136,00 |
|  | Плов с мясом | 200 гр. | 240,56 |
|  | Помидор свежий  | 100 гр. | 43,00 |
|  | Компот из свежих фруктов | 200 гр. | 116,00 |
|  | Хлеб пшеничный | 100 гр.  | 218,00 |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |