Утверждаю

Директор

МБОУ «Туруханская СШ № 1»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Т.В. Рыбянец

«04» марта 2022 года

Ежедневное меню

основное и среднее общее образование

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Завтрак | | | |
|  | Наименование блюд | Масса | Калории |
|  | Оладьи со сгущенным молоком | 180 гр. | 267,02 |
|  | Какао | 200 гр. | 141,36 |
|  | Апельсин | 185 гр. | 44,00 |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
| Обед | | | |
|  | Наименование блюд | Масса | Калории |
|  | Борщ с капустой, курицей | 300 гр. | 202,24 |
|  | Рис отварной | 180 гр. | 145,95 |
|  | Курица отварная | 120 гр. | 181,38 |
|  | Груша | 185 гр. | 63,25 |
|  | Компот из свежих фруктов | 200 гр. | 116,00 |
|  | Хлеб пшеничный | 100 гр. | 218,00 |
|  |  |  |  |

Утверждаю

Директор

МБОУ «Туруханская СШ № 1»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Т.В. Рыбянец

«04» марта 2022 года

Ежедневное меню

начальное общее образование

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Завтрак | | | | | | | | | | |
|  | Наименование блюд | | | Масса | | | Калории | | | | | |
|  | | Оладьи со сгущенным молоком | | | 180 гр. | | | 267,02 | | | | | |
|  | | Какао | | | 200 гр. | | | 141,36 | | | | | |
|  | | Апельсин | | | 185 гр. | | | 44,00 | | | | | |
|  | |  | | |  | | |  | | | | | |
|  | |  | | |  | | |  | | | | | |
|  | |  | | |  | | |  | | | | | |
| Обед | | | | | | | | | |
|  | | Наименование блюд | | | Масса | | | Калории | | | | | |
|  | | | Борщ с капустой, курицей | | | 250 гр. | | | 168,53 | | |
|  | | | Рис отварной | | | 150 гр. | | | 141,63 | | |
|  | | | Курица отварная | | | 120 гр. | | | 181,38 | | |
|  | | | Груша | | | 185 гр. | | | 63,25 | | |
|  | | | Компот из свежих фруктов | | | 200 гр. | | | 116,00 | | |
|  | | | Хлеб пшеничный | | | 100 гр. | | | 218,00 | | |
|  | | | | | | | | | | | | | | |