Утверждаю

Директор

МБОУ «Туруханская СШ № 1»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Т.В. Рыбянец

«13» января 20 22 года

Ежедневное меню

основное и среднее общее образование

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Завтрак | | | | |
|  | Наименование блюд | Масса | Калории |
|  | Курица отварная | 80 гр. | 212,68 |
|  | Макаронные изделия | 180 гр. | 193,48 |
|  | Компот из свежих фруктов | 200 гр. | 116,00 |
|  | Хлеб пшеничный | 100 гр. | 218,00 |
|  | Печенье сахарное | 15 гр. | 45,55 |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
| Обед | | | | |
|  | Наименование блюд | Масса | Калории |
|  | Борщ с капустой, курицей | 300 гр. | 202,24 |
|  | Жаркое по-домашнему | 280 гр. | 407,76 |
|  | Яблоко | 185 гр. | 63,25 |
|  | Чай с сахаром | 200 гр. | 56,58 |
|  | Хлеб пшеничный | 100 гр. | 218,00 |
|  |  |  |  |

Утверждаю

Директор

МБОУ «Туруханская СШ № 1»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Т.В. Рыбянец

«13» января 20 22 года

Ежедневное меню

начальное общее образование

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Завтрак | | | | | | | | | | |
|  | Наименование блюд | | | Масса | | | Калории | | | | | |
|  | | Курица отварная | | | 60 гр. | | | 167,60 | | | | | |
|  | | Макаронные изделия | | | 150 гр. | | | 161,23 | | | | | |
|  | | Компот из свежих фруктов | | | 200 гр. | | | 116,00 | | | | | |
|  | | Хлеб пшеничный | | | 100 гр. | | | 218,00 | | | | | |
|  | | Печенье сахарное | | | 15 гр. | | | 45,55 | | | | | |
|  | |  | | |  | | |  | | | | | |
|  | |  | | |  | | |  | | | | | |
| Обед | | | | | | | | | |
|  | | Наименование блюд | | | Масса | | | Калории | | | | | |
|  | | | Борщ с капустой, курицей | | | 250 гр. | | | 168,53 | | |
|  | | | Жаркое по-домашнему | | | 230 гр. | | | 334,95 | | |
|  | | | Яблоко | | | 185 гр. | | | 63,25 | | |
|  | | | Чай с сахаром | | | 200 гр. | | | 56,58 | | |
|  | | | Хлеб пшеничный | | | 100 гр. | | | 218,00 | | |
|  | | | | | | | | | | | | | | |