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 |
|  |