Утверждаю

 Директор

МБОУ «Туруханская СШ № 1»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Т.В. Рыбянец

 «20» января 2022 года

Ежедневное меню

основное и среднее общее образование

|  |
| --- |
| Завтрак |
|  | Наименование блюд | Масса  | Калории |
|  | Тефтеля мясная  | 80 гр. | 176,62 |
|  | Пюре картофельное | 150 гр. | 106,93 |
|  | Пастила | 40 гр. | 115,09 |
|  | Чай с сахаром | 200 гр.  | 85,10 |
|  | Хлеб пшеничный | 100 гр.  | 218,00 |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
| Обед |
|  | Наименование блюд | Масса  | Калории |
|  | Борщ с капустой, курицей | 300 гр. | 202,24 |
|  | Икра кабачковая  | 100 гр. | 77,60 |
|  | Жаркое по домашнему  | 280 гр. | 407,76 |
|  | Печенье сахарное  | 15 гр. | 45,55 |
|  | Чай с сахаром | 200 гр. | 56,85 |
|  | Хлеб пшеничный | 100 гр.  | 218,00 |
|  |  |  |  |

 Утверждаю

 Директор

МБОУ «Туруханская СШ № 1»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Т.В. Рыбянец

 «20» января 2022 года

Ежедневное меню

начальное общее образование

|  |
| --- |
| Завтрак |
|  | Наименование блюд |  Масса  | Калории |
|  | Тефтеля мясная  | 80 гр. | 176,62 |
|  | Пюре картофельное | 150 гр. | 106,93 |
|  | Пастила | 40 гр. | 115,09 |
|  | Чай с сахаром | 200 гр.  | 85,10 |
| 5 | Хлеб пшеничный | 100 гр.  | 218,00 |
|  |  |  |  |
| Обед |
|  | Наименование блюд |  Масса  | Калории |
|  | Борщ с капустой, курицей | 250 гр. | 168,53 |
|  | Икра кабачковая  | 100 гр. | 77,60 |
|  | Жаркое по домашнему  | 230 гр. | 334,95 |
|  | Печенье сахарное  | 15 гр. | 45,55 |
|  | Чай с сахаром | 200 гр. | 56,85 |
|  | Хлеб пшеничный | 100 гр.  | 218,00 |
|  |  |  |  |
|  |