Утверждаю

 Директор

МБОУ «Туруханская СШ № 1»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Т.В. Рыбянец

 «21» января 2022 года

Ежедневное меню

основное и среднее общее образование

|  |
| --- |
| Завтрак |
|  | Наименование блюд | Масса  | Калории |
|  | Суп молочный с макаронными изделиями  | 200 гр. | 234,24 |
|  | Яйцо отварное  | 60 гр. | 67,83 |
|  | Зефир  | 40 гр. | 85,10 |
|  | Чай с сахаром | 200 гр.  | 56,85 |
|  | Хлеб пшеничный | 100 гр.  | 218,00 |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
| Обед |
|  | Наименование блюд | Масса  | Калории |
|  | Суп картофельный с рыбными консервами | 300 гр. | 122,18 |
|  | Котлета из говядины  | 100 гр. | 166,72 |
|  | Каша перловая  | 180 гр. | 290,79 |
|  | Мармелад  | 40 гр. | 186,32 |
|  | Компот из свежих фруктов | 200 гр. | 116,00 |
|  | Хлеб пшеничный | 100 гр.  | 218,00 |
|  |  |  |  |

 Утверждаю

 Директор

МБОУ «Туруханская СШ № 1»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Т.В. Рыбянец

 «21» января 2022 года

Ежедневное меню

начальное общее образование

|  |
| --- |
| Завтрак |
|  | Наименование блюд |  Масса  | Калории |
|  | Суп молочный с макаронными изделиями  | 200 гр. | 234,24 |
|  | Яйцо отварное  | 60 гр. | 67,83 |
|  | Зефир  | 40 гр. | 85,10 |
|  | Чай с сахаром | 200 гр.  | 56,85 |
| 5 | Хлеб пшеничный | 100 гр.  | 218,00 |
|  |  |  |  |
| Обед |
|  | Наименование блюд |  Масса  | Калории |
|  | Суп картофельный с рыбными консервами | 300 гр. | 122,18 |
|  | Котлета из говядины  | 80 гр. | 143,38 |
|  | Каша перловая  | 150 гр. | 285,72 |
|  | Мармелад  | 40 гр. | 186,32 |
|  | Компот из свежих фруктов | 200 гр. | 116,00 |
|  | Хлеб пшеничный | 100 гр.  | 218,00 |