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 | | |