Утверждаю

 Директор

МБОУ «Туруханская СШ № 1»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Т.В. Рыбянец

 «27» января 2022 года

Ежедневное меню

основное и среднее общее образование

|  |
| --- |
| Завтрак |
|  | Наименование блюд | Масса  | Калории |
|  | Тефтеля мясная | 100 гр. | 198,66 |
|  | Гречка отварная | 180 гр. | 173,92 |
|  | Компот из свежих фруктов | 200 гр. | 116,00 |
|  | Хлеб пшеничный | 100 гр.  | 218,00 |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
| Обед |
|  | Наименование блюд | Масса  | Калории |
|  | Борщ из свежей капусты, с картофелем | 300 гр. | 202,24 |
|  | Плов с мясом | 200 гр. | 193,84 |
|  | Пастила  | 40 гр. | 64,36 |
|  | Компот из свежих фруктов | 200 гр. | 116,00 |
|  | Хлеб пшеничный | 100 гр.  | 218,00 |
|  |  |  |  |

 Утверждаю

 Директор

МБОУ «Туруханская СШ № 1»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Т.В. Рыбянец

 «27» января 2022 года

Ежедневное меню

начальное общее образование

|  |
| --- |
| Завтрак |
|  | Наименование блюд |  Масса  | Калории |
|  | Тефтеля мясная | 80 гр. | 176,62 |
|  | Гречка отварная | 150 гр. | 157,73 |
|  | Компот из свежих фруктов | 200 гр. | 116,00 |
|  | Хлеб пшеничный | 100 гр.  | 218,00 |
|  |  |  |  |
| Обед |
|  | Наименование блюд |  Масса  | Калории |
|  | Борщ из свежей капусты, с картофелем | 250 гр. | 168,53 |
|  | Плов с мясом | 200 гр. | 193,84 |
|  | Пастила  | 40 гр. | 64,36 |
|  | Компот из свежих фруктов | 200 гр. | 116,00 |
|  | Хлеб пшеничный | 100 гр.  | 218,00 |