Утверждаю

 Директор

МБОУ «Туруханская СШ № 1»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Т.В. Рыбянец

 «29» ноября 20 21 года

Ежедневное меню

основное и среднее общее образование

|  |
| --- |
| Завтрак |
|  | Наименование блюд | Масса  | Калории |
|  | Каша рисовая с маслом | 250 гр. | 262,84 |
|  | Чай с сахаром | 200 гр. | 56,85 |
|  | Йогурт | 115 гр. | 120,00 |
|  | Булочка домашняя | 100 гр.  | 127,61 |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
| Обед |
|  | Наименование блюд | Масса  | Калории |
|  | Щи из свежей капусты с курицей | 300 гр. | 148,06 |
|  | Курица отварная | 120 гр. | 213,00 |
|  | Сложный гарнир | 200 гр. | 206,44 |
|  | Кукуруза консервированная  | 50 гр. | 30,00 |
|  | Компот из свежих фруктов | 200 гр. | 116,00 |
|  | Хлеб пшеничный | 100 гр.  | 218,00 |
|  |  |  |  |

 Утверждаю

 Директор

МБОУ «Туруханская СШ № 1»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Т.В. Рыбянец

 «29» ноября 20 21 года

Ежедневное меню

начальное общее образование

|  |
| --- |
| Завтрак |
|  | Наименование блюд |  Масса  | Калории |
|  | Каша рисовая с маслом | 250 гр. | 262,84 |
|  | Чай с сахаром | 200 гр. | 56,85 |
|  | Йогурт | 115 гр. | 120,00 |
|  | Булочка домашняя | 100 гр.  | 127,61 |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
| Обед |
|  | Наименование блюд |  Масса  | Калории |
|  | Щи из свежей капусты с курицей | 250 гр. | 126,38 |
|  | Курица отварная | 120 гр. | 213,00 |
|  | Сложный гарнир | 200 гр. | 206,44 |
|  | Кукуруза консервированная  | 50 гр. | 30,00 |
|  | Компот из свежих фруктов | 200 гр. | 116,00 |
|  | Хлеб пшеничный | 100 гр.  | 218,00 |
|  |