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 | | |
|  | | | | | | | | | | | | | | |