Утверждаю

 Директор

МБОУ «Туруханская СШ № 1»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Т.В. Рыбянец

 «30» ноября 20 21 года

Ежедневное меню

основное и среднее общее образование

|  |
| --- |
| Завтрак |
|  | Наименование блюд | Масса  | Калории |
|  | Тефтели мясные  | 100 гр. | 203,62 |
|  | Гречка отварная | 180 гр. | 296,42 |
|  | Чай с сахаром | 200 гр. | 56,85 |
|  | Хлеб пшеничный | 100 гр.  | 218,00 |
|  | Груша  | 185 гр. | 63,25 |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
| Обед |
|  | Наименование блюд | Масса  | Калории |
|  | Суп гороховый с курицей | 300 гр. | 158,20 |
|  | Макаронные изделия отварные  | 180 гр. | 193,48 |
|  | Бефстроганов  | 100 гр. | 190,58 |
|  | Груша  | 185 гр. | 63,25 |
|  | Компот из свежих фруктов | 200 гр. | 116,00 |
|  | Хлеб пшеничный | 100 гр.  | 218,00 |
|  |  |  |  |

 Утверждаю

 Директор

МБОУ «Туруханская СШ № 1»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Т.В. Рыбянец

 «30» ноября 20 21 года

Ежедневное меню

начальное общее образование

|  |
| --- |
| Завтрак |
|  | Наименование блюд |  Масса  | Калории |
|  | Тефтели мясные  | 80 гр. | 176,62 |
|  | Гречка отварная | 150 гр. | 232,00 |
|  | Чай с сахаром | 200 гр. | 56,85 |
| 4 | Хлеб пшеничный | 100 гр.  | 218,00 |
| 5 | Груша  | 185 гр. | 63,25 |
|  |  |  |  |
| Обед |
|  | Наименование блюд |  Масса  | Калории |
|  | Суп гороховый с курицей | 250 гр. | 136,00 |
|  | Макаронные изделия отварные  | 150 гр. | 161,23 |
|  | Бефстроганов  | 80 гр. | 152,46 |
|  | Груша  | 185 гр. | 63,25 |
|  | Компот из свежих фруктов | 200 гр. | 116,00 |
|  | Хлеб пшеничный | 100 гр.  | 218,00 |
|  |