Утверждаю

 Директор

МБОУ «Туруханская СШ № 1»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Т.В. Рыбянец

 «30» сентября 2021 года

Ежедневное меню

средняя образовательная школа

|  |
| --- |
| Завтрак |
|  | Наименование блюд | Масса  | Калории |
|  | Тефтели мясные | 100 гр. | 218,27 |
|  | Макаронные изделия отварные | 180 гр. | 193,48 |
|  | Хлеб пшеничный | 100 гр.  | 218,00 |
|  | Чай с молоком | 200 гр. | 39,10 |
|  | Печенье сахарное | 15 гр. | 42,55 |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
| Обед |
|  | Наименование блюд | Масса  | Калории |
|  | Кукуруза консервированная | 50 гр.  | 30,00 |
|  | Суп картофельный с бобовыми | 300 гр. | 157,20 |
|  | Сложный гарнир | 200 гр. | 206,44 |
|  | Компот и свежих фруктов | 200 гр. | 116,00 |
|  | Хлеб пшеничный | 150 гр. | 225,00 |
|  | Булочка домашняя | 100 гр. | 127,61 |
|  |  |  |  |

 Утверждаю

 Директор

МБОУ «Туруханская СШ № 1»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Т.В. Рыбянец

 «29» сентября 2021 года

Ежедневное меню

начальная образовательная школа

|  |
| --- |
| Завтрак |
|  | Наименование блюд |  Масса  | Калории |
|  | Запеканка с изюмом со сгущенным молоком | 200 гр. | 204,00 |
|  | Хлеб ржаной | 40 гр. | 65,60 |
|  | Какао с молоком | 200 гр.  | 141,36 |
|  | Йогурт | 115 гр.  | 150,00 |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
| Обед |
|  | Наименование блюд |  Масса  | Калории |
|  | Рассольник «Ленинградский» | 250 гр.  | 104,75 |
|  | Салат витаминный | 100гр. | 67,49 |
|  | Биточки из говядины | 80,00 | 143,38 |
|  | Картофель отварной | 150 гр. | 103,64 |
|  | Компот из свежих фруктов | 200 гр. | 116,00 |
|  | Хлеб пшеничный | 60 гр. | 130,80 |
|  | Хлеб ржаной | 40 гр. | 65,60 |
|  | Яблоко | 185 гр. | 63,25 |
|  |  |  |  |
|  |