Утверждаю

 Директор

МБОУ «Туруханская СШ № 1»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Т.В. Рыбянец

 «14» апреля 2022 года

Ежедневное меню

основное и среднее общее образование

|  |
| --- |
| Завтрак |
|  | Наименование блюд | Масса  | Калории |
|  | Плов с мясом | 200 гр. | 240,56 |
|  | Компот из свежих фруктов | 200 гр. | 116,00 |
|  | Мармелад | 40 гр. | 186,32 |
|  | Хлеб пшеничный | 100 гр.  | 218,00 |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
| Обед |
|  | Наименование блюд | Масса  | Калории |
|  | Суп картофельный с бобовыми | 300 гр. | 157,20 |
|  | Гуляш из говядины | 100 гр. | 190,58 |
|  | Каша гречневая | 180 гр. | 290,79 |
|  | Яблоко | 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

 «14» апреля 2022 года

Ежедневное меню

начальное общее образование

|  |
| --- |
| Завтрак |
|  | Наименование блюд |  Масса  | Калории |
|  | Плов с мясом | 200 гр. | 240,56 |
|  | Компот из свежих фруктов | 200 гр. | 116,00 |
|  | Мармелад | 40 гр. | 186,32 |
|  | Хлеб пшеничный | 50 гр.  | 218,00 |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
| Обед |
|  | Наименование блюд |  Масса  | Калории |
|  | Суп картофельный с бобовыми | 300 гр. | 157,20 |
|  | Гуляш из говядины | 100 гр. | 190,58 |
|  | Каша гречневая | 180 гр. | 290,79 |
|  | Яблоко | 185 гр. | 63,25 |
|  | Компот из свежих фруктов | 200 гр. | 116,00 |
|  | Хлеб пшеничный | 100 гр.  | 218,00 |