Утверждаю

 Директор

МБОУ «Туруханская СШ № 1»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Т.В. Рыбянец

 «18» апреля 2022 года

Ежедневное меню

основное и среднее общее образование

|  |
| --- |
| Завтрак |
|  | Наименование блюд | Масса  | Калории |
|  | Каша манная | 250 гр. | 262,84 |
|  | Чай с сахаром | 200 гр. | 56,85 |
|  | Булочка домашняя | 100 гр. | 127,61 |
|  | Йогурт | 115 гр. | 130,00 |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
| Обед |
|  | Наименование блюд | Масса  | Калории |
|  | Щи из свежей капусты  | 300 гр. | 148,06 |
|  | Гуляш из говядины | 100 гр. | 190,58 |
|  | Сложный гарнир  | 200 гр. | 206,44 |
|  | Компот из свежих фруктов | 200 гр. | 116,00 |
|  | Хлеб пшеничный | 100 гр.  | 218,00 |
|  | Мармелад  | 40 гр. | 186,32 |
|  |  |  |  |

 Утверждаю

 Директор

МБОУ «Туруханская СШ № 1»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Т.В. Рыбянец

 «18» апреля 2022 года

Ежедневное меню

начальное общее образование

|  |
| --- |
| Завтрак |
|  | Наименование блюд |  Масса  | Калории |
|  | Каша манная | 250 гр. | 262,84 |
|  | Чай с сахаром | 200 гр. | 56,85 |
|  | Булочка домашняя | 100 гр. | 127,61 |
|  | Йогурт | 115 гр. | 130,00 |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
| Обед |
|  | Наименование блюд |  Масса  | Калории |
|  | Щи из свежей капусты  | 300 гр. | 148,06 |
|  | Гуляш из говядины | 100 гр. | 190,58 |
|  | Сложный гарнир  | 200 гр. | 206,44 |
|  | Компот из свежих фруктов | 200 гр. | 116,00 |
|  | Хлеб пшеничный | 100 гр.  | 218,00 |
|  | Мармелад  | 40 гр. | 186,32 |
|  |  |  |  |