

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«МИГНИНСКАЯ СРЕДНЯЯ ШКОЛА ИМЕНИ ПОЛНОГО КАВАЛЕРА ОРДЕНА СЛАВЫ
ЮФЕРОВА ГРИГОРИЯ ПРОКОПЬЕВИЧА»
КРАСНОЯРСКОГО КРАЯ, ЕРМАКОВСКОГО РАЙОНА
662825 Красноярский край,
Ермаковский район, с. Мигна, пер. Школьный 2
E-mail: migna_ou@mail.ru

Утверждаю
Директор МБОУ «Мигнинская СШ»
Ретунская Н.В.
« 11 » Октября 2024 г.

Меню на 11 октября

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Калории	Белки	Углеводы
Бутерброд с джемом, маслом	40/20/50	2,36	46,32	1,42	4,45
Макаронные изделия отварные с сыром	250	57,88	442,00	26,50	26,75
Кофейный напиток с молоком	200	2,80	93,30	2,80	15,40
Хлеб пшеничный из муки 1 сорта	40	0,40\0,66	63,60\106,00	2,40\4,00	12,60\21,0
Хлеб ржано-пшеничный	30	0,40\0,66	63,60\106,00	2,40\4,00	12,60\21,0

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Калории	Белки	Углеводы
Овощи натуральные консервированные порциями (огурцы)	100	15,15	183,96	1,07	10,34
Свекольник	250	7,30	186,00	7,40	8,10
Котлеты	100	8,40	206,28	20,40	12,00
Макаронные изделия отварные	180/200	0,60/0,66	186,40/167,80	7,00/6,30	38,00/34,20
Какао с молоком	200	5,76	106,20	5,04	7,40
Хлеб пшеничный из муки 1 сорта	40	0,40\0,66	63,60\106,00	2,40\4,00	12,60\21,0
Хлеб ржано-пшеничный	30	0,40\0,66	63,60\106,00	2,40\4,00	12,60\21,0