

**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.  
« 21 » января 2025 г.

**Меню на 21 января**

**Завтрак**

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Калории	Белки	Углеводы
Овощи натуральные консервированные порциями (огурцы)	100	6,00	80,00	1,00	5,50
Котлета	100	8,40	206,28	20,40	12,00
Макароны отварные	180/200	0,60/0,66	167,80/186,40	6,30/7,00	34,20/38,00
Масло сливочное (на полив)	10	8,20	74,60	0,10	0,10
Кисель из концентрата плодово-ягодного	200	0,00	168,80	1,00	41,20
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
Винегрет овощной	100	52,77	244,50	89,70	52,80
Суп с рыбными консервами	250	7,30	186,00	7,40	8,10
Жаркое по-домашнему с тушёной говядиной	200	14,04	401,40	30,72	37,80
Печенье	40	0,55	80,54	2,52	15,88
Компот из смеси сухофруктов	200	0,00	87,60	0,08	21,80
Хлеб пшеничный из муки 1 сорта	50\30	0,40\0,66	63,60\106,00	2,40\4,00	12,60\21,0
Хлеб ржано-пшеничный	50\30	0,40\0,66	63,60\106,00	2,40\4,00	12,60\21,0