

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 » Октября 2024 г.

Меню на 21 октября

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Калории	Белки	Углеводы
Каша вязкая молочная с маслом сливочным	250	0,97/4,88	232,71/248,88	7,20/7,50	32,14/43,75
Масло сливочное (на полив)	10	8,20	74,60	0,10	0,10
Сочень с творогом	100	2,35	183,00	2,95	37,50
Какао с молоком	200	0,00	65,00	0,20	16,00
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
Салат витаминный с маслом растительным	100	19,80	267,00	15,30	6,90
Суп с рыбными консервами	250	3,20	125,60	2,30	17,80
Котлеты	70	16,85	253,75	10,25	15,25
Макароны отварные	200	0,66	186,40	7,00	38,00
Фрукт свежий	100	1,50	25,50	0,50	2,30
Какао с молоком	200	0,00	87,60	0,08	21,80
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