

**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.
« 10 » Ноября 2023 г.

Меню на 10 ноября

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Калории	Белки	Углеводы
Салат витаминный	100	5,20	96,50	1,50	10,80
Гуляш	100	8,80	120,20	30,06	0,20
Каша гречневая рассыпчатая	180	4,70	154,10	3,60	3,00
Компот из сухофруктов	200	3,40	128,60	3,30	21,20
Мармелад	30	0,55	80,54	2,52	15,88
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

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Калории	Белки	Углеводы
Перец сладкий	50	5,83	113,67	2,33	12,33
Суп картофельный с бобовыми	250	2,70	121,40	2,90	4,30
Рыба «горбуша» припущенная в молоке	150/50	15,90	244,50	26,70	0,00
Картофельное пюре	200	3,88	159,00	7,11	139,44
Кисель плодово-ягодный	200	0,00	87,60	0,08	21,80
Печенье	40	0,55	80,54	2,52	15,88
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