

**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.*  
« 13 » Ноября 2023 г.

**Меню на 13 ноября**

**Завтрак**

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Калории	Белки	Углеводы
Горячий бутерброд с сыром и маслом	40/20/10	5,40	68,60	5,00	0,00
Каша молочная из манной крупы с маслом сливочным	200/250	7,97/8,85	232,71/258,56	7,20/8,00	32,14/35,71
Вафли	30	0,55	80,54	2,52	15,88
Яйцо вареное	40	4,60	63,00	5,10	0,30
Какао с молоком	200	5,76	106,20	5,04	7,40
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
Икра кабачковая	75	12,08	120,69	0,74	2,36
Щи со сметаной и тушёной говядиной	250/10	7,98	149,70	6,12	13,33
Плов из куриных грудок	180	9,12	563,52	19,89	33,26
Чай с сахаром	200	0,00	60,00	0,10	15,00
Булочка синнабон с абрикосом	80	7,50	93,20	5,50	21,20
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