

**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.
« 8 » декабря 2023 г.

Меню на 8 декабря

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Калории	Белки	Углеводы
Салат витаминный	100	3,7	60,00	0,96	5,7
Гуляш	100	6,4	134,00	15,4	3,7
Каша гречневая рассыпчатая	200/250	4,00	178,00	6,00	29,00
Компот из сухофруктов	200	3,40	128,60	3,30	21,20
Вафли	30	2,52	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
Икра кабачковая	100	5,83	113,67	2,33	12,33
Суп картофельный с бобовыми	250	2,70	121,40	2,90	4,30
Рыба тушеная в томате с овощами	100	9,3	161,00	14,00	5,2
Картофельное пюре	200/250	1,6	92,4	2,1	17,4
Кисель плодово-ягодный	200	0,00	87,60	0,08	21,80
Печенье	40	0,4	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