

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.
« 11 » декабря 2023 г.

Меню на 11 декабря

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Калории	Белки	Углеводы
Кукуруза (порциями)	100	0,00	6,5	0,40	1,3
Макаронные изделия отварные с сыром	200/250	9,4/4,88	232,71/248,88	7,20/7,50	32,14/43,75
Конфета	40	2,35	183,00	2,95	37,50
Чай с шиповником	200	0,00	65,00	0,20	16,00
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
Салат из свежих огурцов с маслом растительным	100	19,80	267,00	15,30	6,90
Суп картофельный с фрикадельками	200/250	3,20	125,60	2,30	17,80
Котлеты рыбные	100	16,85	253,75	10,25	15,25
Макаронные изделия отварные	180/200	0,66	186,40	7,00	38,00
Кофейный напиток с молоком	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