



«УТВЕРЖДЕНО»

Директор МКОУ «Прогимназия №70»

Р. Д. Савкуева

## ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

основного питания для учащихся (школа)

МКОУ «Прогимназия №70»

на 04.09.2023 г.

№	Наименование блюда	Калорийность порции	Масса порции
			7-11 лет
<b>ЗАВТРАК</b>			
1.	<i>Макароны отварные с сыром голл, с маслом</i>	257,4	120
2.	<i>Чай сладкий</i>	62	180
3.	<i>Хлеб пшеничный</i>	155	70
	<b>Итого завтрак:</b>	<b>418,4</b>	<b>370</b>
<b>ОБЕД</b>			
1.	<i>Борщ из свежей капусты с картошкой</i>	103,7	200
2.	<i>Сметана</i>	16,2	10
3.	<i>Котлеты говяжьи</i>	221,3	80
4.	<i>Гречка</i>	240	150
5.	<i>С томатно-сметанной подливой</i>	49,65	30
6.	<i>Компот из свежих яблок</i>	119,5	180
7.	<i>Хлеб пшеничный</i>	185,5	80
	<b>Итого обед:</b>	<b>935,85</b>	<b>730</b>
<b>ПОЛДНИК</b>			
1.	<i>Суп молочный рисовый</i>	198,4	200
2.	<i>Хлеб с маслом</i>	155	70
	<b>Итого полдник:</b>	<b>353,4</b>	<b>270</b>