

«УТВЕРЖДЕНО»

Директор МКОУ «Прогимназия №70»

_____ Р.Д.Савкуева

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

основного питания для учащихся (школа)

МКОУ «Прогимназия №70»

на 21.09.2023 г.

№	Наименование блюда	Калорийность порции	Масса порции
			7-11 лет
ЗАВТРАК			
1.	<i>Каша молочная геркулесовая</i>	318	200
2.	<i>Чай сладкий</i>	62	180
3.	<i>Хлеб пшеничный</i>	180	70
	Итого завтрак:	560	450
ОБЕД			
1.	<i>Суп картофельный рассольник</i>	85,5	200
2.	<i>Сметана</i>	16,2	10
3.	<i>Рыба запечённая</i>	212	120
4.	<i>Картофельное пюре с маслом</i>	181,5	150
5.	<i>Компот из свежих яблок</i>	119,5	180
6.	<i>Хлеб пшеничный</i>	213	80
7.	<i>Яблоки</i>	47	100
	Итого обед:	927,7	840
ПОЛДНИК			
1.	<i>Суп молочный с макаронами</i>	156	200
2.	<i>Хлеб с маслом</i>	253,8	80
	Итого полдник:	410,8	280