

«УТВЕРЖДЕНО»

Директор МКОУ «Прогимназия №70»

\_\_\_\_\_ Р.Д.Савкуева

## ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

основного питания для учащихся (школа)

МКОУ «Прогимназия №70»

на 22.09.2022 г.

№	Наименование блюда	Калорийность порции	Масса порции
			7-11 лет
<b>ЗАВТРАК</b>			
1.	<i>Суп молочный с гречкой</i>	198,4	200
2.	<i>Хлеб с маслом</i>	253,8	80
	<b>Итого завтрак:</b>	<b>452,2</b>	<b>280</b>
<b>ОБЕД</b>			
1.	<i>Борщ со свежей капустой</i>	137	200
2.	<i>Сметана</i>	16,2	10
3.	<i>Плов с мясом</i>	515,2	240
4.	<i>Компот из свежих яблок</i>	119,5	180
5.	<i>Хлеб пшеничный</i>	213	80
6.	<i>Яблоки</i>	47	100
	<b>Итого обед:</b>	<b>1000,9</b>	<b>710</b>
<b>ПОЛДНИК</b>			
1.	<i>Каша молочная ячневая</i>	177	200
2.	<i>Чай сладкий</i>	62	180
3.	<i>Хлеб пшеничный</i>	180	70
	<b>Итого полдник:</b>	<b>460</b>	<b>450</b>