

Утверждаю
Директор МКОУ
«Прогимназия №66/1»

З. Сафарова
З.А. Сахарова

**Ежедневное меню
основного питания
для учащихся начальной школы
МКОУ «Прогимназия №66/1»
на 17.10.2023г**

	Прием пищи	Выход блюда		
		Школа 7-11	Ккал	
Завтрак				
1.	Каша Ячневая	200		313
2.	Хлеб с маслом	35/10		108
3.	Чай с сахаром	200		28
Второй завтрак				
1.	Яблоко	100		41
Обед				
1.	Суп Крестьянский	250		148
	Тефтели мясные с соусом	90		172
2.	Макароны с подливой	150		336
3.	Компот из свежих плодов	200		93
4.	Хлеб	90		192
Полдник				
1.	Суп молочный рисовый	200		249
2.	Хлеб	35		77

Ежедневное меню
основного питания для детей дошкольного возраста
МКОУ «Прогимназия №66/1»
на 17.10.2023г

№№	Наименование блюда	Масса порции		Калорийность порции	
		2 – 3л.	3 – 7л.	2 – 3л.	3 – 7л.
Завтрак					
1.	Каша Ячневая	150	200	263	313
2.	Хлеб с маслом	35/10	35/10	108	108
3.	Чай с сахаром	150	200	21	28
Итого завтрак:					
Второй завтрак					
	Печенье	100	100	57	57
Итого второй завтрак:					
Обед					
1.	Суп крестьянский	150	200	98	148
2.	Тефтели из говядины	60	70	113	123
3.	Макароны отварные	120	130	75	82
4.	Компот из св.	150	180	70	84
5.	Хлеб	90	90	192	192
Итого обед:					
Полдник					
1.	Суп молочный рисовый	150	200	186	249
2.	Хлеб	35	35	77	77