

Утверждаю  
Директор МКОУ  
«Прогимназия №66/1»  
В.А. Сарахова

**Ежедневное меню**  
**основного питания**  
**для учащихся начальной школы**  
**МКОУ «Прогимназия №66/1»**  
на 02.10.2023

№ №	Наименование блюда	Масса порции 7 – 11 лет	Калорийность порции
<b>Завтрак</b>			
1.	<b>Каша Пшенная</b>	<b>200</b>	<b>191</b>
2.	<b>Хлеб с маслом</b>	<b>35/10</b>	<b>108</b>
3.	<b>Чай с сахаром</b>	<b>200</b>	<b>28</b>
<b>Итого завтрак:</b>			
<b>Второй завтрак</b>			
1.			
<b>Обед</b>			
1.	<b>Суп свекольник со сметаной</b>	<b>250</b>	<b>170</b>
2.	<b>Кулеш из гречки</b>	<b>150</b>	<b>309</b>
3.	<b>Компот из свежих яблок</b>	<b>200</b>	<b>93</b>
4.	<b>Хлеб</b>	<b>90</b>	<b>192</b>
<b>Итого обед:</b>			
<b>Полдник</b>			
	<b>Оладьи со сметаной</b>	<b>60/20</b>	<b>334</b>
	<b>Какао</b>	<b>200</b>	<b>107</b>
<b>Итого полдник:</b>			



Утверждаю  
Директор МКОУ  
«Прогимназия №66/1»  
З.А. Сарахова

**Ежедневное меню**  
**основного питания для детей дошкольного возраста**  
**МКОУ «Прогимназия №66/1»**  
на 02.10.2023

№№	Наименование блюда	Масса порции		Калорийность порции	
		2 – 3	3 – 7	2 – 3	3 – 7
<b>Завтрак</b>					
	<b>Каша Пшенная</b>	150	200	144	186
	<b>Хлеб с маслом</b>	35/10	35/10	108	108
	<b>Чай с сахаром</b>	150	200	21	28
<b>Итого завтрак:</b>					
<b>Второй завтрак</b>					
	<b>Яблоко</b>	100	100	41	41
<b>Итого второй завтрак:</b>					
<b>Обед</b>					
	<b>Суп Свекольник</b>	150	200	73	120
	<b>Кулеш с гречкой</b>	120	130	247	264
	<b>Компот из свежих яблок</b>	150	180	70	84
	<b>Хлеб</b>	90	90	192	192
<b>Итого обед:</b>					
<b>Полдник</b>					
1.	<b>Оладьи со сметаной</b>	60	60	334	334
	<b>Какао</b>	150	200	168	107