



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

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

на 03.03.2026г 7 д

| №№      | Наименование блюда         | Масса порции |         | Калорийность порции |         |
|---------|----------------------------|--------------|---------|---------------------|---------|
|         |                            | 2 – 3л.      | 3 – 7л. | 2 – 3л.             | 3 – 7л. |
| Завтрак |                            |              |         |                     |         |
| 1.      | Каша рисовая               | 150          | 200     | 145                 | 199     |
| 2.      | Бутерброд с маслом         | 35/10        | 35/10   | 150                 | 150     |
| 3.      | Чай с сахаром              | 150          | 180     | 42                  | 50      |
|         |                            |              |         |                     |         |
|         |                            |              |         |                     |         |
| Обед    |                            |              |         |                     |         |
| 1.      | Суп перловый               | 150          | 200     | 165                 | 184     |
| 2       | Сметана к супу             | 5            | 5       | 13                  | 13      |
| 3       | Котлеты из говядины        | 50           | 70      | 145                 | 160     |
| 4       | Тушенная капуста с овощами | 120          | 150     | 125                 | 146     |
| 5       | Компот из свежих плодов    | 150          | 180     | 74                  | 110     |
| 6       | Хлеб пшеничный             | 70           | 70      | 165                 | 165     |
|         |                            |              |         |                     |         |
| Полдник |                            |              |         |                     |         |
|         |                            |              |         |                     |         |
| 1.      | Макароны с сыром           | 150/10       | 150/15  | 266                 | 272     |
| 2.      | Чай с сахаром              | 150          | 180     | 42                  | 50      |
|         |                            |              |         |                     |         |

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

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

на 03. 03. 2026г 7д

| №<br>№  | Наименование блюда        | Масса<br>порции<br>7 – 11 лет | Калорийность<br>порции |
|---------|---------------------------|-------------------------------|------------------------|
| Завтрак |                           |                               |                        |
| 1.      | Каша рисовая              | 200                           | 199                    |
| 2.      | Бутерброд с маслом        | 35/10                         | 150                    |
| 3.      | Чай с сахаром             | 200                           | 56                     |
| Обед    |                           |                               |                        |
| 1.      | Суп перловый              | 200                           | 181                    |
| 2.      | Сметана к супу            | 10                            | 26                     |
| 3       | Котлеты из говядины       | 90                            | 208                    |
| 4.      | Тушеная капуста с овощами | 150                           | 153                    |
| 5.      | Компот из свежих плодов   | 200                           | 113                    |
| 6.      | Хлеб пшеничный            | 50                            | 228                    |
| 7.      | Хлеб ржаной               | 30                            | 71                     |
| Полдник |                           |                               |                        |
|         | Макароны с сыром          | 200/15                        | 291                    |
|         | Чай с сахаром             | 200                           | 72                     |