



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

**Ежедневное меню
основного питания
для учащихся начальной школы
МКОУ «Прогимназия №66/1»
на 03.10.2023**

	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.				
Обед				
1.	Суп Крестьянский	250		148
	Тефтели мясные с соусом	90		172
2.	Пюре картофельное	150		94
3.	Компот из свежих плодов	200		93
4.	Хлеб	90		192
Полдник				
1.	Запеканка творожная	60		217
2.	Чай с сахаром	200		28

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



**Ежедневное меню
 основного питания для детей дошкольного возраста
 МКОУ «Прогимназия №66/1»
 на 03.10.2023г.**

№№	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					
	Кефир	100	100	57	57
Итого второй завтрак:					
Обед					
1.	Суп крестьянский	150	200	98	148
2.	Тефтели из говядины	60	70	113	123
3.	Пюре картофельное	120	130	75	82
4.	Компот из св.	150	180	70	84
5.	Хлеб	90	90	192	192
Итого обед:					
Полдник					
1.	Запеканка творожная	60	60	217	217
2.	Чай с сахаром	150	200	21	28