

Утверждаю  
Директор МКОУ  
«Прогимназия №66/1»

**Ежедневное меню**  
**основного питания**  
**для учащихся начальной школы**  
**МКОУ «Прогимназия №66/1»**  
на 04.12.2023г.



| №<br>№                       | Наименование блюда            | Масса<br>порции<br>7 – 11 лет | Калорийность<br>порции |
|------------------------------|-------------------------------|-------------------------------|------------------------|
| <b>Завтрак</b>               |                               |                               |                        |
| 1.                           | <b>Яйцо отварное</b>          | <b>1</b>                      | <b>63</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>Яблоко</b>                 | <b>100</b>                    | <b>41</b>              |
| <b>Итого второй завтрак:</b> |                               |                               |                        |
| <b>Обед</b>                  |                               |                               |                        |
| 1.                           | <b>Суп гороховый</b>          | <b>250</b>                    | <b>170</b>             |
| 2.                           | <b>Мясо с макаронами</b>      | <b>150</b>                    | <b>165</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>690</b>                    | <b>620</b>             |
| <b>Полдник</b>               |                               |                               |                        |
|                              | <b>Суп молочный Рисовый</b>   | <b>200</b>                    | <b>249</b>             |
|                              | <b>Хлеб</b>                   | <b>35</b>                     | <b>77</b>              |

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



**Ежедневное меню  
основного питания для детей дошкольного возраста  
МКОУ «Прогимназия №66/1»  
на 04.12.2023г.**

| №№                           | Наименование блюда            | Масса порции |         | Калорийность порции |         |
|------------------------------|-------------------------------|--------------|---------|---------------------|---------|
|                              |                               | 2 – 3л.      | 3 – 7л. | 2 – 3л.             | 3 – 7л. |
| <b>Завтрак</b>               |                               |              |         |                     |         |
| 1.                           | <b>Яйцо отварное</b>          | 1            | 1       | 63                  | 63      |
| 2.                           | <b>Хлеб с маслом</b>          | 35/10        | 35/10   | 108                 | 108     |
| 3.                           | <b>Чай с сахаром</b>          | 150          | 200     | 21                  | 28      |
| <b>Итого завтрак:</b>        |                               |              |         |                     |         |
| <b>Второй завтрак</b>        |                               |              |         |                     |         |
| <b>Итого второй завтрак:</b> |                               |              |         |                     |         |
| <b>Обед</b>                  |                               |              |         |                     |         |
| 1.                           | <b>Суп гороховый</b>          | 150          | 200     | 73                  | 120     |
| 2.                           | <b>Мясо с макаронами</b>      | 120          | 130     | 100                 | 117     |
| 4.                           | <b>Компот из свежих яблок</b> | 150          | 180     | 70                  | 84      |
| 5.                           | <b>Хлеб</b>                   | 90           | 90      | 192                 | 192     |
| <b>Итого обед:</b>           |                               |              |         |                     |         |
| <b>Полдник</b>               |                               |              |         |                     |         |
| 1.                           | <b>Суп молочный рисовый</b>   | 150          | 200     | 186                 | 249     |
| 2.                           | <b>Хлеб</b>                   | 35           | 35      | 77                  | 77      |
|                              |                               |              |         |                     |         |