



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

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

• на _____ НА 06.03.2025г _____

№№	Наименование блюда	Масса порции		Калорийность порции	
		2 – 3	3 – 7	2 – 3	3 – 7
Завтрак					
	Каша манная	150	200	188	192
	Бутерброд с маслом	35/10	35/10	150	150
	Чай с сахаром	150	180	42	50
Обед					
	Суп свекольник	150	200	130	153
	Сметана к супу	5	5	13	13
	Котлеты рыбные на пару	50	70	125	156
	Макароны отварные	110	130	156	175
	Компот из свежих плодов	150	180	74	110
	Хлеб пшеничный	70	70	164	164
Полдник					
1.	Ватрушка с творогом	60/20	60/20	246	246
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 _____ на 06.03.2025г _____

№ №	Наименование блюда	Масса порции 7 – 11 лет	Калорийность порции
Завтрак			
1.	Каша манная	200	192
2.	Бутерброд с маслом	35/10	150
3.	Чай с сахаром	200	56
Обед			
1.	Суп свекольник	200	93
	Сметана к супу	10	26
2.	Котлеты рыбные на пару	90	80
3.	Макароны отварные	150	175
4.	Компот из свежих плодов	200	113
	Печенье «Ювелирное»	20	92
5.	Хлеб пшеничный	90	246
Полдник			
	Ватрушка с творогом	60/20	185
	Чай с сахаром	200	72