



Утверждаю  
Директор МКОУ

«Прогимназия №66/1»

*З.А. Сарахова*  
З.А. Сарахова

**Ежедневное меню**  
**основного питания для детей дошкольного возраста**  
**МКОУ «Прогимназия №66/1»**  
на 06.09.2023

№№	Наименование блюда	Масса порции		Калорийность порции	
		2 – 3	3 – 7	2 – 3	3 – 7
<b>Завтрак</b>					
	<b>Каша манная</b>	150	200	144	192
	<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>340</b>	<b>440</b>	<b>273</b>	<b>328</b>
<b>Второй завтрак</b>					
	<b>Кефир</b>	100	100	57	57
<b>Итого второй завтрак:</b>		<b>100</b>	<b>100</b>	<b>57</b>	<b>57</b>
<b>Обед</b>					
	<b>Суп картофельный с бобовыми (горох)</b>	150	200	80	107
	<b>Рагу из мяса птицы</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>510</b>	<b>600</b>	<b>589</b>	<b>647</b>
<b>Полдник</b>					
1.	<b>Суп молочный с макаронами</b>	150	200	136	182
	<b>Хлеб</b>	35	35	77	77
<b>Итого полдник:</b>		<b>185</b>	<b>235</b>	<b>213</b>	<b>259</b>

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

**Ежедневное меню  
основного питания  
для учащихся начальной школы  
МКОУ «Прогимназия №66/1»  
на 06.09.2023г.**



№ №	Наименование блюда	Масса порции 7 – 11 лет	Калорийность порции
<b>Завтрак</b>			
1.	<b>Каша манная</b>	<b>200</b>	<b>192</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>445</b>	<b>328</b>
<b>Второй завтрак</b>			
1.	<b>Кефир</b>	<b>100</b>	<b>57</b>
<b>Обед</b>			
1.	<b>Суп картофельный с бобовыми (горох)</b>	<b>250</b>	<b>134</b>
2.	<b>Рагу из мяса птицы</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>690</b>	<b>728</b>
<b>Полдник</b>			
	<b>Суп молочный с макаронами</b>	<b>200</b>	<b>182</b>
	<b>Хлеб</b>	<b>35</b>	<b>77</b>
<b>Итого полдник:</b>		<b>235</b>	<b>259</b>