

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



**Ежедневное меню  
 основного питания для детей дошкольного возраста  
 МКОУ «Прогимназия №66/1»  
 на 6.10.2023 г.**

№№	Наименование блюда	Масса порции		Калорийность порции	
		2 – 3л.	3 – 7л.	2 – 3л.	3 – 7л.
<b>Завтрак</b>					
1.	<b>Каша Геркулесовая</b>	150	200	149	199
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>Кефир</b>	100	100	57	57
<b>Итого второй завтрак:</b>					
<b>Обед</b>					
1.	<b>Суп перловый со сметаной</b>	150	200	78	104
2.	<b>Соус по-домашнему</b>	120	130	247	269
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>Булочка сдобная</b>	60	60	249	249
2.	<b>Какао</b>	150	200	150	107

Утверждаю  
Директор МКОУ

«Прогимназия №66/1»

З.А. Сарахов

**Ежедневное меню  
основного питания  
для учащихся начальной школы  
МКОУ «Прогимназия №66/1»  
на 6.10.2023 г.**

Наименование блюда	Масса порции 7 – 11 лет	Калорийность порции
<b>Завтрак</b>		
Каша Геркулесовая	200	199
Хлеб с маслом	35/10	108
Чай с сахаром	200	28
<b>Итого завтрак:</b>		
<b>Второй завтрак</b>		
<b>Обед</b>		
Перловый со сметаной	250	134
Суп по - домашнему	150	309
Салат из свежих яблок	200	93
Хлеб	90	192
<b>Итого обед:</b>		
<b>Полдник</b>		
Печенье сдобная	60	249
Какао	200	107
<b>Итого полдник:</b>		