

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

**Ежедневное меню
основного питания
для учащихся начальной школы
МКОУ «Прогимназия №66/1»
на 07.09.2023**

№ №	Наименование блюда	Масса порции 7 – 11 лет	Калорийность порции
Завтрак			
1.	Каша Пшенная	200	191
2.	Хлеб с маслом	35/10	108
3.	Чай с сахаром	200	28
Итого завтрак:			
Второй завтрак			
1.	Яблоко	100	41
Обед			
1.	Суп свекольник со сметаной	250	170
2.	Кулеш из гречки	150	309
3.	Компот из свежих яблок	200	93
4.	Хлеб	90	192
Итого обед:			
Полдник			
	Оладьи со сметаной	60/20	334
	Какао	200	107
Итого полдник:			

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

**Ежедневное меню
основного питания
для учащихся начальной школы
МКОУ «Прогимназия №66/1»
на 07.09.2023**

№ №	Наименование блюда	Масса порции 7 – 11 лет	Калорийность порции
Завтрак			
1.	Каша Пшенная	200	191
2.	Хлеб с маслом	35/10	108
3.	Чай с сахаром	200	28
Итого завтрак:			
Второй завтрак			
1.	Яблоко	100	41
Обед			
1.	Суп свекольник со сметаной	250	170
2.	Кулеш из гречки	150	309
3.	Компот из свежих яблок	200	93
4.	Хлеб	90	192
Итого обед:			
Полдник			
	Оладьи со сметаной	60/20	334
	Какао	200	107
Итого полдник:			

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



Ежедневное меню
основного питания для детей дошкольного возраста
МКОУ «Прогимназия №66/1»
на 07.09.2023

№№	Наименование блюда	Масса порции		Калорийность порции	
		2 – 3	3 – 7	2 – 3	3 – 7
Завтрак					
	Каша Пшенная	150	200	144	186
	Хлеб с маслом	35/10	35/10	108	108
	Чай с сахаром	150	200	21	28
Итого завтрак:					
Второй завтрак					
	Яблоко	100	100	41	41
Итого второй завтрак:					
Обед					
	Суп Свекольник	150	200	73	120
	Кулеш с гречкой	120	130	247	264
	Компот из свежих яблок	150	180	70	84
	Хлеб	90	90	192	192
Итого обед:					
Полдник					
1.	Оладьи со сметаной	60	60	334	334
	Какао	150	200	168	107