



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

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

На 07. 10. 2026г _____ 8 д

№ №	Наименование блюда	Масса порции 7 – 11 лет	Калорийность порции
Завтрак			
1.	Каша ячневая	200	178
2.	Бутерброд с маслом	35/10	150
3.	Чай с сахаром	200	72
Обед			
1.	Борщ из свежих овощей	200	164
2.	Сметана к борщу	10	26
3.	Плов из мяса птицы	240	411
4.			
5..	Компот из свежих плодов	200	113
6.	Хлеб пшеничный	50	228
7	Хлеб ржаной		
8	Бананы	162	73,89
Полдник			
1.	Гречка с заливным молоком	200	286
2.	Хлеб пшеничный	35	77



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

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

на 07. 10. 2026г 8д

№№	Наименование блюда	Масса порции		Калорийность порции	
		2 – 3л.	3 – 7л.	2 – 3л.	3 – 7л.
Завтрак					
1.	Каша ячневая	150	180	245	143
2.	Бутерброд с маслом	35/10	35/10	150	150
3.	Чай с сахаром	150	180	42	50
ОБЕД					
1.	Борщ из свежих овощей	150	200	137	158
	Сметана к борщу	5	5	13	13
2.	Плов из мяса птицы	160	200	360	426
4.	Компот из свежих плодов	150	180	74	110
5.	Хлеб пшеничный	70	70	165	165
ПОЛДНИК					
1.	Гречка с заливным молоком	150	200	214	286
2.	Хлеб пшеничный	35	35	75	75