



Утверждаю
И.о.директора МКОУ
«Прогимназия №66/1»
Р.Ю. Альбердиева

Ежедневное меню
основного питания для детей дошкольного возраста
МКОУ «Прогимназия №66/1»
на 08.11.2023г.

№№	Наименование блюда	Масса порции		Калорийность порции	
		2 – 3л.	3 – 7л.	2 – 3л.	3 – 7л.
Завтрак					
1.	Каша геркулесовая	150	200	149	199
2.	Хлеб с маслом	35/10	35/10	108	108
3.	Чай с сахаром	150	200	21	28
Итого завтрак:		345	445	278	335
Второй завтрак					
	Кефир	100	100	57	57
Итого второй завтрак:		100	100	57	57
Обед					
1.	Суп Свекольник	150	200	73	120
2.	Котлеты из говядины	60	70	135	150
3.	Пшенка с подливой	120	130	280	303
4.	Компот из свежих яблок	150	180	70	84
5.	Хлеб	90	90	192	192
Итого обед:		570	670	750	849
Полдник					
1.	Суп молочный рисовый	150	200	186	249
2.	Хлеб	35	35	77	77
Итого полдник:					



Утверждаю
Директор МКОУ
«Прогимназия №66/1»
Р.Ю.Альбердиева

**Ежедневное меню
основного питания
для учащихся начальной школы
МКОУ «Прогимназия №66/1»
на 08.11.2023г.**

№ №	Наименование блюда	Масса порции 7 – 11 лет	Калорийность порции
Завтрак			
1.	Каша Геркулесовая	200	199
2.	Хлеб с маслом	35/10	108
3.	Чай с сахаром	200	28
Итого завтрак:			
Второй завтрак			
1.			
Обед			
1.	Свекольник со сметаной	250	170
2.	Котлеты из говядины	90	165
3.	Пшенка с подливой	150	350
4.	Компот из свежих яблок	200	93
4.	Хлеб	90	192
Итого обед:			
Полдник			
1	Суп молочный рисовый	200	249
2	Хлеб	35	77