

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

На 09. 09. 2026г _____ 8 д



Утверждаю

Директор МКОУ

«Прогимназия №66/1»

З.А.Сарахова

№ №	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	30	71
Полдник			
1.	Гречка с заливным молоком	200	286
2.	Хлеб пшеничный	35	77

На 09.09.2026г 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