

Утверждаю

Директор МКОУ

«Прогимназия №66/1»

З.А. Сарахова



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

на 10.09.2025г

| №№      | Наименование блюда             | Масса порции |         | Калорийность порции |         |
|---------|--------------------------------|--------------|---------|---------------------|---------|
|         |                                | 2 – 3л.      | 3 – 7л. | 2 – 3л.             | 3 – 7л. |
| Завтрак |                                |              |         |                     |         |
| 1.      | Каша ячневая                   | 150          | 180     | 143                 | 245     |
| 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.      | Котлеты рубленые из мяса птицы | 50           | 70      | 135                 | 165     |
|         | Пшено рассыпчатое              | 120          | 150     | 141                 | 171     |
| 4.      | Компот из свежих плодов        | 150          | 180     | 74                  | 110     |
| 5.      | Хлеб пшеничный                 | 70           | 70      | 164                 | 164     |
|         |                                |              |         |                     |         |
| ПОЛДНИК |                                |              |         |                     |         |
| 1.      | Гречка с заливным молоком      | 150          | 200     | 214                 | 286     |
| 2.      | Хлеб пшеничный                 | 35           | 35      | 75                  | 75      |
|         |                                |              |         |                     |         |

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

На 10.09.2025г



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

| №<br>№  | Наименование блюда                | Масса<br>порции<br>7 – 11 лет | Калорийность<br>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.      | Котлеты рубленые из мяса<br>птицы | 90                            | 194                    |
| 4.      | Пшено рассыпчатое                 | 150                           | 168                    |
| 5..     | Компот из свежих плодов           | 200                           | 113                    |
| 6.      | Хлеб пшеничный                    | 90                            | 246                    |
|         |                                   |                               |                        |
| Полдник |                                   |                               |                        |
| 1.      | Гречка с заливным молоком         | 200                           | 286                    |
| 2.      | Хлеб пшеничный                    | 35                            | 77                     |
|         |                                   |                               |                        |