

Утверждаю
Директор МКОУ

«Прогимназия №66/1»

Ежедневное меню *З.Сараева* З.А. Сарахова
основного питания

для учащихся начальной школы

МКОУ «Прогимназия №66/1»

на 10.10.2023

№ №	Наименование блюда	Масса порции 7 – 11 лет	Калорийность порции
Завтрак			
1.	Каша манная	200	199
2.	Хлеб с маслом	35/10	108
3.	Чай с сахаром	200	28
Итого завтрак:		445	335
Второй завтрак			
1.			
Обед			
1.	Суп фасолевый с вермишелью	250	170
2.	Плов из мяса птицы	90	309
3.	Компот из свежих яблок	200	93
4.	Хлеб	90	192
Итого обед:		630	764
Полдник			
	Ватрушка с творогом	60	217
	Чай с сахаром	200	28
Итого полдник:			

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

**Ежедневное меню
 основного питания для детей дошкольного возраста
 МКОУ «Прогимназия №66/1»
 на 10.10.2023г.**

№№	Наименование блюда	Масса порции		Калорийность порции	
		2 – 3л.	3 – 7л.	2 – 3л.	3 – 7л.
Завтрак					
1.	Каша манная	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					
	Печенье	40	40	125	125
Итого второй завтрак:		40	40	125	125
Обед					
1.	Суп фасолевый с вермишелью	150	200	81	116
2.	Плов из мяса птицы	120	130	247	269
4.	Компот из свежих яблок	150	180	70	84
5.	Хлеб	90	90	192	192
Итого обед:		510	600	590	661
Полдник					
1.	Ватрушка с творогом	60	60	217	217
2.	Чай с сахаром	150	200	21	28
		210	260	271	278