

Ежедневное меню
основного питания для детей дошкольного возраста
МКОУ «Прогимназия №66/1»
 на 11.10.2023

| №№ | 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 | | | | | |
| | Печенье | 40 | 40 | 125 | 125 |
| Итого второй завтрак: | | 40 | 40 | 125 | 125 |
| 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 с макаронами | 150 | 200 | 142 | 182 |
| 2. | Хлеб | 35 | 35 | 77 | 77 |
| Итого полдник: | | | | | |

Утверждаю
Директор МКОУ
«Прогимназия №66/1»

Ежедневное меню З. Сарая З.А. Сарахова
основного питания

для учащихся начальной школы

МКОУ «Прогимназия №66/1»

на 14.10.2023г.

| № № | 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 с макаронами | 150 | 200 |
| 2 | Хлеб | 35 | 77 |