

**Ежедневное меню
основного питания
для учащихся начальной школы
МКОУ «Прогимназия №66/1»
на 12.01 2024г.**

№ №	Наименование блюда	Масса порции 7 – 11 лет	Калорийность порции
Завтрак			
1.	Каша Рисовая	200	199
2.	Хлеб с маслом	35/10	108
3.	Чай с сахаром	200	28
Итого завтрак:			
Второй завтрак			
1.			
Обед			
1.	Суп перловый	250	119
2.	Биточки из говядины	90	170
3.	Капуста тушеная	150	112
4.	Компот из св. плодов	200	93
5.	Хлеб	90	192
Итого обед:			
Полдник			
1.	Макароны с сыром	100/20	217
3.	Чай с сахаром	200	28

Ежедневное меню
основного питания для детей дошкольного возраста
МКОУ «Прогимназия №66/1»
 на 12.01.2024

№№	Наименование блюда	Масса порции		Калорийность порции	
		2 – 3л.	3 – 7л.	2 – 3л.	3 – 7л.
Завтрак					
1.	Каша Рисовая	150	200	149	199
2.	Хлеб с маслом	35/10	35/10	108	108
3.	Чай с сахаром	150	200	21	28
Итого завтрак:					
Второй завтрак					
Итого второй завтрак:					
Обед					
1.	Суп перловый	150	200	83	100
2.	Биточки из говядины	60	70	135	150
3.	Капуста тушеная	120	130	84	94
4.	Компот из свежих яблок	150	180	70	84
5.	Хлеб	90	90	192	192
Итого обед:					
Полдник					
1.	Макароны с сыром	100/20	100/20	217	217
3.	Чай с сахаром	150	200	21	287