

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



**Ежедневное меню  
основного питания для детей дошкольного возраста  
МКОУ «Прогимназия №66/1»  
на 12.10.2023г.**

№№	Наименование блюда	Масса порции		Калорийность порции	
		2 – 3л.	3 – 7л.	2 – 3л.	3 – 7л.
<b>Завтрак</b>					
1.	<b>Каша Ячневая</b>	150	200	263	313
2.	<b>Хлеб с маслом</b>	35/10	35/10	108	108
3.	<b>Чай с сахаром</b>	150	200	21	28
<b>Итого завтрак:</b>					
<b>Второй завтрак</b>					
	<b>Яблоко</b>	100	100	41	41
<b>Итого второй завтрак:</b>					
<b>Обед</b>					
1.	<b>Суп перловый со сметаной</b>	150	200	78	86
2.	<b>Биточки рыбные</b>	60	70	113	123
3.	<b>Пюре картофельное</b>	120	130	75	82
4.	<b>Компот из св.</b>	150	180	70	84
5.	<b>Хлеб</b>	90	90	192	192
<b>Итого обед:</b>					
<b>Полдник</b>					
1.	<b>Гречка с заливным МОЛОКОМ</b>	120	130	112	142
2.	<b>Хлеб</b>	150	200	21	28

Утверждаю  
Директор МКОУ

«Прогимназия №66/1»

*З. Сафар* З.А. Сарахова

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

№ №	Наименование блюда	Масса порции 7 – 11 лет	Калорийность порции
<b>Завтрак</b>			
1.	<b>Каша Ячневая</b>	<b>200</b>	<b>199</b>
2.	<b>Хлеб с маслом</b>	<b>35/10</b>	<b>108</b>
3.	<b>Чай с сахаром</b>	<b>200</b>	<b>28</b>
<b>Итого завтрак:</b>			
<b>Обед</b>			
1.	<b>Яблоко</b>	<b>100</b>	<b>41</b>
<b>Обед</b>			
1.	<b>Суп перловый со сметаной</b>	<b>250</b>	<b>107</b>
2.	<b>Биточки рыбные</b>	<b>90</b>	<b>137</b>
3.	<b>Картофельное пюре</b>	<b>150</b>	<b>91</b>
4.	<b>Хлеб</b>	<b>90</b>	<b>192</b>
<b>Итого обед:</b>			
<b>Полдник</b>			
	<b>Гречка с заливным молоком</b>	<b>200</b>	<b>142</b>
	<b>Хлеб</b>	<b>35</b>	<b>77</b>
<b>Итого полдник:</b>			