

Утверждаю
Директор МКОУ

«Прогимназия №66/1»

З. Сафар
З.А. Сарахова

Ежедневное меню
основного питания
для учащихся начальной школы
МКОУ «Прогимназия №66/1»
на 13.10.2023

№ №	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 картофельный с вермишелью	250	170
2.	Биточки из говядины	90	170
3.	Капуста тушенная	150	112
4.	Хлеб	90	192
Итого обед:			
Полдник			
1.	Макароны с сыром	100/20	217
2.	Чай с сахаром	200	28
3.	Хлеб	35	77

Утверждаю

Директор МКОУ

«Прогимназия №66/1»

З.А. Сарахова



Ежедневное меню
основного питания для детей дошкольного возраста
МКОУ «Прогимназия №66/1»
 на 13.10.2023

№№	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					
	Кефир	100	100	57	57
Итого второй завтрак:					
Обед					
1.	Суп картофельный с вермишелью	150	200	73	120
2.	Биточки из говядины	60	70	135	150
3.	Капуста тушенная	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
2.	Чай с сахаром	150	200	21	28
3.	Хлеб	35	35	77	77