

**Ежедневное меню
основного питания
для учащихся начальной школы
МКОУ «Прогимназия №66/1»
на 14.01.2026г**



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

№ №	Наименование блюда	Масса порции 7 – 11 лет	Калорийность порции
Завтрак			
1.	Каша пшенная	200	200
2.	Бутерброд с маслом	35/10	150
3.	Чай с сахаром	200	72
Обед			
1.	Суп фасолевый	200	128
2	Сметана к супу	10	26
3.	Плов из мяса птицы	240	411
4.	Компот из свежих плодов	200	113
5.	Хлеб пшеничный	50	228
6.	Хлеб ржаной	30	71
7.			
Полдник			
1	Гречка с заливным молоком	200	286
2	Хлеб пшеничный	35	77
3			

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



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

на _____ на 14.01.2026г _____

№ №	Наименование блюда	Масса порции		Калорийность порции	
		2 – 3л.	3 – 7л.	2 – 3л.	3 – 7л.
Завтрак					
1.	Каша пшеничная	150	200	149	200
2.	Бутерброд с маслом	35/10	35/10	108	150
3.	Чай с сахаром	150	180	42	50
Обед					
1.	Суп фасолевый	150	200	116	128
	Сметана к супу	5	5	13	13
2.	Плов из мяса птицы	160	200	360	426
4.	Компот из свежих плодов	150	180	74	110
5.	Хлеб пшеничный	70	70	165	165
Полдник					
1.	Гречка с заливным молоком	150	200	214	286
2.	Хлеб пшеничный	35	35	75	75
3.					