

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

Ежедневное меню
основного питания для учащихся начальной школы
МКОУ «Прогимназия №66/1»
на 15.09.2023г.

№№	Наименование блюда	Масса порции 7 – 11 лет	Калорийность порции
Завтрак			
1	Каша рисовая	200	276
2	Хлеб с маслом	35/10	108
3	Чай с сахаром	200	28
Итого завтрак:			
Второй завтрак			
Обед			
1	Суп крестьянский	250	148
2	Котлета из говядины	90	295
3	Капуста тушеная	150	112
4	Кисель	200	102
5	Хлеб	90	192
Итого обед:			
Полдник			
1	Омлет картофельный	60	106
2	Чай с сахаром	35	77

Утверждаю
Директор МКОУ

«Прогимназия №66/1»

З.А. Сарахова

Ежедневное меню
основного питания для детей дошкольного возраста
МКОУ «Прогимназия №66/1»
на 15.09.2023

№№	Наименование блюда	Масса порции		Калорийность порции	
		2-3	3-7	2-3	3-7
Завтрак					
1	Каша рисовая	150	200	236	256
2	Хлеб с маслом	35/10	35/10	108	108
3	Чай с сахаром	150	200	21	28
Итого завтрак:					
Второй завтрак					
1	Бечевые	40	40	125	125
Итого второй завтрак:					
Обед					
1.	Суп свекольный	150	200	87	118
2.	Котлеты из говядины	60	40	135	150
3.	Капуста тушеная	120	130	89	97
4.	Кисель	150	180	46	92
5	Хлеб	90	90	192	192
Итого обед:					
Полдник					
1	Омлет мясной	60	60	106	106
2	Чай с сахаром	35	35	77	77
Итого полдник:					