

Утверждаю

Директор МКОУ

«Прогимназия №66/1»

З.А. Сарахова



Ежедневное меню

основного питания

для учащихся начальной МКОУ «Прогимназия №66/1»

На ____ 15 сентября 2025г _____

№ №	Наименование блюда	Масса порции 7 – 11 лет	Калорийность порции
Завтрак			
1.	Яйцо вареное	1/1	63
2.	Бутерброд с маслом и сыром	35/10/10	202
3.	Чай с сахаром	200	56
Обед			
1.	Борщ с капустой и картофелем	200	195
2.	Сметана к борщу	10	26
3	Гуляш с подливой	90	182
4	Макароны отварные с маслом	150	336
5	Компот из свежих плодов	200	113
6	Хлеб пшеничный	90	246
7	Печенье « ювелирное»	20	92
Полдник			
	Суп молочный пшенный	200	213
	Хлеб пшеничный	35	75

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

на _____ 15.09.2025 _____

№№	Наименование блюда	Масса порции		Калорийность порции	
		2 – 3л.	3 – 7л.	2 – 3л.	3 – 7л.
Завтрак					
1.	Яйцо варенное	1/1	1/1	63	63
2.	Бутерброд с маслом и сыром	35/10/ 10	35/10/ 10	174	174
3.	Чай с сахаром	150	180	42	50
Обед					
1.	Борщ с капустой и картофелем	150	200	167	191
2.	Сметана к борщу	5	5	13	13
3.	Гуляш с подливом	60	70	166	179
4.	Макароны отварные с маслом	110	130	156	175
5.	Компот из свежих плодов	150	180	74	110
6.	Хлеб пшеничный	70	70	165	165
Полдник					
1.	Суп молочный пшеничный	150	200	188	214
2.	Хлеб пшеничный	35	35	75	75