

МЕНЮ

На 17.03.2023



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

| | | Выход блюда | | | |
|-----------------------|-------------------------------|-------------------|---------------|---------|-----|
| | | Садик 2-3 /3-7 | Школа 7-11 | Ккал | |
| Завтрак | | | | | |
| 1. | Каша Гречневая | 150/200 | 200 | 166/222 | 222 |
| 2. | Хлеб с маслом | 35/10 | 35/10 | 108 | 108 |
| 3. | Чай с сахаром | 150/200 | 200 | 21/28 | 28 |
| Второй завтрак | | | | | |
| 1. | Яблоко | 100 | | 41 | |
| Обед | | | | | |
| 1. | Щи из св. капусты со сметаной | 150/200 | 250 | 297/396 | 496 |
| 2. | Котлеты рыбные | 60/70 | 80 | 100/117 | 133 |
| 3. | Рис отварной с маслом | 120/130 | 150 | 119/199 | 199 |
| 4. | Компот из свежих плодов | 150/180 | 200 | 70/84 | 93 |
| 5. | Хлеб | 90 | 90 | 192 | 192 |
| Полдник | | | | | |
| 1. | Макаронны с сыром | 100 | 100 | 276 | 276 |
| 2. | Чай с сахаром | 150/200 | 200 | 21/28 | 28 |
| 3. | Хлеб | 35 | 35 | 77 | 77 |