

Утверждаю
Директор МКОУ

«Прогимназия №66/1»

Ежедневное меню З. Сафар / З.А. Сарахова

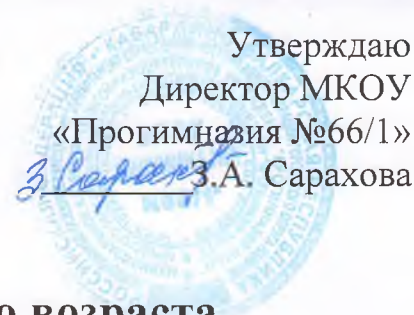
основного питания

для учащихся начальной школы

МКОУ «Прогимназия №66/1»

на 16.02.2021г.

№ №	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
4	Яблоко	100	41
Итого завтрак:			379
Обед			
1.	Суп перловый со сметаной	250	96
2.	Котлеты из говядины	90	200
3	Гречка рассыпчатая	150	230
4.	Компот из свежих яблок	200	110
5.	Хлеб	90	192
Итого обед:			935
Полдник			
	Булочка сдобная	60	249
	Чай с сахаром	200	28
Итого полдник:			277



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

Ежедневное меню
основного питания для детей дошкольного возраста
МКОУ «Прогимназия №66/1»
на 16.02.2024

№№	Наименование блюда	Масса порции		Калорийность порции	
		2 – 3	3 – 7	2 – 3	3 – 7
Завтрак					
	Каша Рисовая	150	200	149	199
	Хлеб с маслом	35/10	35/10	108	108
	Чай с сахаром	150	200	21	28
Итого завтрак:				278	335
Второй завтрак					
	Печенье	40	40	125	125
Итого второй завтрак:				125	125
Обед					
	Суп перловый со сметаной	150	200	78	86
	Котлеты из говядины	60	70	133	155
	Гречка рассыпчатая	120	130	184	200
	Компот из св. яблок	150	180	70	84
	Хлеб	90	90	192	192
Итого обед:				657	717
Полдник					
1.	Булочка сдобная	60	60	249	249
	Чай с сахаром	150	200	21	28
Итого:				270	277