

«Утверждаю»

Директор МКОУ

«Прогимназия №66/1»

З.А.Сарахова



Ежедневное меню
основного питания

для учащихся начальной школы
МКОУ «Прогимназия №66/1»

на 16.10.2026 г. 5 д

№ №	Наименование блюда	Масса порции 7 – 11 лет	Калорийность порции
Завтрак			
1.	Каша ячневая	200	264
2.	Бутерброд с маслом	35/10	150
3.	Чай с сахаром	200	72
Обед			
1.	Суп гороховый	200	186
2.	Тефтели из говядины с рисом	90	174
3.	Гречка рассыпчатая с маслом	200	176
4.	Кисель ягодный	200	81
5.	Хлеб пшеничный	50	228
6.	Хлеб ржаной	30	71
7.	Мандарины	100	57
Полдник			
1.	Оладьи	60	249
2.	Сметана	10	26
3.	Какао с молоком	200	145



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

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

на _____ 16.10.2026 г. _____ 5 д

№ №	Наименование блюда	Масса порции		Калорийность порции	
		2 – 3л.	3 – 7л.	2 – 3л.	3 – 7л.
Завтрак					
1.	Каша ячневая	150	200	245	253
2.	Бутерброд с маслом	35/10	35/10	150	150
3.	Чай с сахаром	150	180	42	50
Обед					
1.	Суп гороховый	150	200	105	107
2.	Тефтели из говядины с рисом	60	80	151	169
3.	Гречка рассыпчатая с маслом	120	150	147	183
4.	Кисель ягодный	150	180	102	123
5.	Хлеб пшеничный	70	70	165	165
Полдник					
1.	Оладьи	60	60	249	249
2.	Сметана	5	5	13	13
3.	Какао с молоком	150	180	100	102