



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

МЕНЮ

на 14.01.2023г.

№№	Прием пищи	Выход блюда		
		садик	школа	Ккал
Завтрак				
1.	Каша геркулесовая	150/200		126/168
2.	Хлеб с маслом	35/10		108
3.	Чай с сахаром	150/200		38/50
Второй завтрак				
1.	Кефир	90		52
Обед				
1.	Борщ со сметаной	150/200	250	93/117 123
2.	Котлеты мясные паровые	50/60	70	115/125/180
3.	Стеревка с пюре	120/130	150	153/166/172
4.	Каша из св. пш. с маслом	150/180	200	53/65 174
5.	Хлеб	90		192
Полдник				
1.	Суп молочный пшеничный	150/200		136/182
2.	Хлеб	35		74