

Ежедневное меню
основного питания для детей дошкольного возраста
МКОУ «Прогимназия №66/1»
 на 18.09.2023г.

№№	Наименование блюда	Масса порции		Калорийность порции	
		2-3	3-7	2-3	3-7
Завтрак					
1	Каша перловая	150	200	149	199
2	Хлеб с маслом	35/10	35/10	108	108
3	Чай с сахаром	150	200	21	28
Итого завтрак:					
Второй завтрак					
1	Кефир	100	100	57	57
Итого второй завтрак:					
Обед					
1	Суп фасолевый с вермишелью	150	200	81	116
2	Пюре из картофеля	60	70	142	152
3	Шашка с подливкой	120	130	140	150
4	Компот из св. яблок	150	180	70	84
5	Хлеб	90	90	192	192
Итого обед:					
Полдник					
1	Ватрушка с творогом	60	60	249	249
2	Чай с сахаром	150	200		
Итого полдник:					



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

Ежедневное меню
основного питания для учащихся начальной школы
МКОУ «Прогимназия №66/1»
на 18.09.2023

№№	Наименование блюда	Масса порции 7 – 11 лет	Калорийность порции
Завтрак			
1	Каша геркулесовая	200	199
2	Хлеб с маслом	35/10	108
3	Чай с сахаром	200	28
Итого завтрак:			
Второй завтрак			
Обед			
1	Суп фасолевый с вермишелью	250	146
2	Штертели из говядины	90	172
3	Шницель с подливкой	150	170
4	Компот из св. яблок	200	93
5	Хлеб	90	192
Итого обед:			
Полдник			
1	Ватрушка с творогом	60	249
2	Чай с сахаром	200	28