

Утверждаю
Директор МКОУ
«Прогимназия №66/1»
____ 3.А.Сарахова

Ежедневное меню
основного питания
для учащихся начальной школы
МКОУ «Прогимназия №66/1»
на _____ 19. 01. 2026 г _____

№ №	Наименование блюда	Масса порции 7 – 11 лет	Калорийность порции
Завтрак			
1.	Каша пшенная	200	215
2.	Бутерброд с маслом	35/10	150
3.	Чай с сахаром	200	72
Обед			
1.	Щи из свежей капусты	200	179
2.	Сметана к супу	10	26
3	Кулеш с мясом	240	403
4.	Компот из свежих плодов	200	113
5.	Хлеб пшеничный	50	228
5.	Хлеб ржаной	30	71
Полдник			
1	Омлет натуральный	60	133
2	Хлеб пшеничный	35	77
Чай с сахаром		200	72

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

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

на 19. 01. 2026 г бд

	Наименование блюда	Масса порции		Калорийность порции	
		2 – 3	3 – 7	2 – 3	3 – 7
Завтрак					
1	Каша Пшенная	150	200	149	200
2	Бутерброд с маслом	35/10	35/10	150	150
3	Чай с сахаром	150	180	42	50
Обед					
1	Щи из свежей капусты	150	200	126	148
2	Сметана к супу	5	5	13	13
3	Кулеш с мясом	160	200	302	356
4	Компот из свежих плодов	150	180	74	110
5	Хлеб пшеничный	70	70	165	165
Полдник					
1	Омлет натуральный	60	60	133	133
2	Хлеб пшеничный	35	35	75	75
3	Чай с сахаром	150	180	42	50