

Ежедневное меню  
основного питания для детей дошкольного возраста

МКОУ «Прогимназия №66/1»

на 19.03.2024г

№ №	Наименование блюда	Масса порции		Калорийность порции	
		2 – 3л.	3 – 7л.	2 – 3л.	3 – 7л.
<b>Завтрак</b>					
1.	<b>Каша манная</b>	150	200	149	199
2.	<b>Хлеб с маслом</b>	35/10	35/10	108	108
3.	<b>Чай с сахаром</b>	150	200	21	28
<b>Итого завтрак:</b>					
<b>Второй завтрак</b>					
	<b>Кефир</b>	100	100	57	57
<b>Обед</b>					
1.	<b>Суп гороховый</b>	150	200	83	100
2.	<b>Тефтели из говядины</b>	60	70	113	123
3.	<b>Гречка рассыпчатая</b>	120	130	184	200
4.	<b>Компот из свежих яблок</b>	150	180	70	84
5.	<b>Хлеб</b>	90	90	192	192
<b>Итого обед:</b>					
<b>Полдник</b>					
1.	<b>Суп молочный с вермишелью</b>	150	200	186	249
2.	<b>Хлеб</b>	35	35	77	77

**Ежедневное меню  
основного питания  
для учащихся начальной школы  
МКОУ «Прогимназия №66/1»  
на 19.03.2024**

№ №	Наименование блюда	Масса порции 7 – 11 лет	Калорийность порции
<b>Завтрак</b>			
1.	<b>Каша манная</b>	<b>200</b>	<b>199</b>
2.	<b>Хлеб с маслом</b>	<b>35/10</b>	<b>108</b>
3.	<b>Чай с сахаром</b>	<b>200</b>	<b>28</b>
<b>Второй завтрак</b>			
1.	<b>Кефир</b>	<b>100</b>	<b>57</b>
<b>Обед</b>			
1.	<b>Суп гороховый</b>	<b>250</b>	<b>220</b>
2.	<b>Тефтели из говядины</b>	<b>90</b>	<b>309</b>
3.	<b>Гречка рассыпчатая</b>	<b>150</b>	<b>230</b>
4.	<b>Компот из свежих яблок</b>	<b>200</b>	<b>93</b>
5.	<b>Хлеб</b>	<b>90</b>	<b>192</b>
	<b>Итого обед:</b>	<b>630</b>	<b>764</b>
<b>Полдник</b>			
	<b>Суп молочный с вермишелью</b>	<b>200</b>	<b>151</b>
	<b>Хлеб</b>	<b>35</b>	<b>77</b>
	<b>Итого полдник:</b>		