

Утверждаю
Директор МКОУ

«Прогимназия №66/1»

З.А. Сарахова

**Ежедневное меню
основного питания
для учащихся начальной школы
МКОУ «Прогимназия №66/1»
на 19.10.2023**

№ №	Наименование блюда	Масса порции 7 – 11 лет	Калорийность порции
Завтрак			
1.	Каша Рисовая	200	192
2.	Хлеб с маслом	35/10	108
3.	Чай с сахаром	200	28
Итого завтрак:			
Второй завтрак			
1.			
Обед			
1.	Борщ со сметаной	250	170
2.	Биточки из говядины	150	182
3.	Перловка рассыпчатая	150	104
4.	Кисель ягодный	200	102
5.	Хлеб	90	192
Итого обед:			
Полдник			
	Суп молочный пшениный	200	249
	Хлеб	35	77

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

Ежедневное меню
основного питания для детей дошкольного возраста
МКОУ «Прогимназия №66/1»
на 19.10.2023

№№	Наименование блюда	Масса порции		Калорийность порции	
		2 – 3л.	3 – 7л.	2 – 3л.	3 – 7л.
Завтрак					
1.	Каша Рисовая	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					
	Кефир	100	100	57	57
Итого второй завтрак:					
Обед					
1.	Борщ со сметаной	150	200	102	170
2.	Биточки из говядины	60	70	135	150
3.	Перловка рассыпчатая	120	130	84	94
4.	Кисель	150	180	70	84
5.	Хлеб	90	90	192	192
Итого обед:					
Полдник					
1.	Суп молочный пшениый	150	200	186	249
2.	Хлеб	35	35	77	77