

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

Ежедневное меню
основного питания
для учащихся начальной школы
МКОУ «Прогимназия №66/1»
на _____ 19. 12. 2025г _____

№ №	Наименование блюда	Масса порции 7 – 11 лет	Калорийность порции
Завтрак			
1.	Каша манная	200	192
2.	Бутерброд с маслом	35/10	150
3.	Чай с сахаром	200	72
Обед			
1.	Суп крестьянский	200	186
2	Сметана к супу	10	26
3	Тефтели из говядины	90	174
4	Пюре из бобовых (гороховое)	150	165
5	Компот из свежих плодов	200	113
6	Хлеб пшеничный	50	228
	Хлеб ржаной	30	71
	Яблоки свежие	100	47
7	Печенье «Ювелирное»	20	92
Полдник			
	Пирожок с творогом	60/20	218
	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 19.12.2025

№№	Наименование блюда	Масса порции		Калорийность порции	
		2 – 3л.	3 – 7л.	2 – 3л.	3 – 7л.
Завтрак					
1.	Каша манная	150	200	188	192
2.	Бутерброд с маслом	35/10	35/10	150	150
3.	Чай с сахаром	150	180	42	50
Обед					
1.	Суп крестьянский	150	200	165	195
2	Сметана	5	5	21	21
3	Тефтели из говядины с рисом	60	80	151	169
4	Пюре из бобовых(гороховое)	110	130	135	173
5	Компот из свежих плодов	150	180	74	110
6	Хлеб пшеничный	70	70	165	165
7					
Полдник					
1.	Пирожок с творогом	60/20	60/20	218	218
2.	Чай с сахаром	150	180	42	50