

Утверждаю  
И.о. директора МКОУ  
«Прогимназия №66/1»  
Р.Ю.  
Альбердиева

**Ежедневное меню  
основного питания  
для учащихся начальной  
МКОУ «Прогимназия №66/1»  
на 20.11.2023**

№ №	Наименование блюда	Масса порции 7 – 11 лет	Калорийность порции
<b>Завтрак</b>			
1.	<b>Яйцо отварное</b>	<b>1</b>	<b>63</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>Итого завтрак:</b>			
<b>Второй завтрак</b>			
1.			
<b>Итого второй завтрак:</b>			
<b>Обед</b>			
1.	<b>Борщ с капустой и картофелем</b>	<b>250</b>	<b>170</b>
2.	<b>Мясо с макаронами</b>	<b>150</b>	<b>165</b>
3.	<b>Компот из свежих яблок</b>	<b>200</b>	<b>93</b>
4.	<b>Хлеб</b>	<b>90</b>	<b>192</b>
<b>Итого обед:</b>			
<b>Полдник</b>			
	<b>Суп молочный пшеничный</b>	<b>200</b>	<b>249</b>
	<b>Хлеб</b>	<b>35</b>	<b>77</b>

**Ежедневное меню**  
**основного питания для детей дошкольного возраста**  
**МКОУ «Прогимназия №66/1»**  
на 20.11.2023

№№	Наименование блюда	Масса порции		Калорийность порции	
		2 – 3л.	3 – 7л.	2 – 3л.	3 – 7л.
<b>Завтрак</b>					
1.	<b>Яйцо отварное</b>	1	1	63	63
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>Итого второй завтрак:</b>					
<b>Обед</b>					
1.	<b>Борщ с капустой и картофелем</b>	150	200	102	170
2.	<b>Мясо с макаронами</b>	120	130	100	117
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 пшеничный</b>	150	200	186	249
2.	<b>Хлеб</b>	35	35	77	77