

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

на 20.11.2025



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

№№	Наименование блюда	Масса порции 7 – 11 лет	Калорийность порции
Завтрак			
1.	Каша геркулесовая	200	235
2.	Бутерброд с маслом	35/10	150
3.	Чай с сахаром	200	72
Обед			
1.	Суп фасолевый	200	178
2	Сметана к супу	10	26
3	Биточки рыбные	90	142
4	Картофельное пюре	150	189
5	Компот из свежих плодов	200	113
6	Хлеб пшеничный	50	228
7	Хлеб ржаной	30	71
8	Яблоки	100	47
Полдник			
1	Рисовый молочный суп	200	250
2	Хлеб	35	75

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

Ежедневное меню
основного питания для детей дошкольного возраста
МКОУ «Прогимназия №66/1»
На 20.11.2025г

№№	Наименование блюда	Масса порции		Калорийность порции	
		2 – 3л.	3 – 7л.	2 – 3л.	3 – 7л.
Завтрак					
1	Каша геркулесовая	150	200	235	264
2	Бутерброд с маслом	35/10	35/10	150	150
3	Чай с сахаром	150	180	42	50
Обед					
1.	Суп фасолевый	150	200	156	178
2	Сметана к супу	5	5	13	13
3	Биточки рыбные	50	70	110	136
4	Картофельное пюре	120	150	163	181
5	Компот из свежих плодов	150	180	74	110
6	Хлеб пшеничный	70	70	165	165
Полдник					
1	Рисовый молочный суп	150	200	250	250
2	Хлеб	35	35	75	75