

Утверждаю
Директор МКОУ

«Прогимназия №66/1»

З.А. Сарахова
З.А. Сарахова

**Ежедневное меню
основного питания для учащихся начальной школы
МКОУ «Прогимназия №66/1»
на 21.09.2023г.**

№№	Наименование блюда	Масса порции 7 – 11 лет	Калорийность порции
Завтрак			
1	Каша ячневая	200	313
2	Хлеб с маслом	35/10	108
3	Чай с сахаром	200	28
Итого завтрак:			
Второй завтрак			
Обед			
1	Суп гороховый	250	134
2	Котлеты с мясом	150	309
3	Каша пшениц. с яблоком	200	93
4	Хлеб	90	192
Итого обед:			
Полдник			
1	Суп молочный с ветчиной	200	182
2	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 21.09.2023 г.

№№	Наименование блюда	Масса порции		Калорийность порции	
		2-3	3-7	2-3	3-7
Завтрак					
1	Каша ячневая	150	200	263	313
2	Хлеб с маслом	35/10	35/10	108	108
3	Чай с сахаром	150	200	21	28
Итого завтрак:					
Второй завтрак					
1	Печенье	40	40	125	125
Итого второй завтрак:					
Обед					
1	Суп гороховый	150	200	80	107
2	Курица с мясом	120	130	247	264
3	Компот из св. яблок	150	180	70	84
4	Хлеб	90	90	192	192
Итого обед:					
Полдник					
1	Суп молочный с вермишелью	150	200	136	182
2	Хлеб	35	35	77	77
Итого полдник:					