

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

**Ежедневное меню
основного питания
для учащихся начальной школы
МКОУ «Прогимназия №66/1»
на 22.09.2023**

№ №	Наименование блюда	Масса порции 7 – 11 лет	Калорийность порции
Завтрак			
1.	Каша Геркулесовая	200	199
2.	Хлеб с маслом	35/10	108
3.	Чай с сахаром	200	28
Итого завтрак:		445	335
Второй завтрак			
1.	Яблоко	100	41
Обед			
1.	Суп картофельный с вермишелью	250	170
2.	Биточки рыбные	90	137
3.	Картофельное пюре	150	301
4.	Хлеб	90	192
Итого обед:		580	800
Полдник			
	Суп молочный пшениный	200	249
	Хлеб	35	77
Итого полдник:		235	326

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



Ежедневное меню
основного питания для детей дошкольного возраста
МКОУ «Прогимназия №66/1»
на 22.09.2023

№№	Наименование блюда	Масса порции		Калорийность порции	
		2 – 3л.	3 – 7л.	2 – 3л.	3 – 7л.
Завтрак					
1.	Каша Геркулесовая	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					
	Яблоко	100	100	41	41
Итого второй завтрак:					
Обед					
1.	Суп картофельный с вермишелью	150	200	73	120
2.	Биточки рыбные	60	70	100	117
3.	Пюре картофельное	120	130	75	82
4.	Компот из свежих яблок	150	180	70	84
5.	Хлеб	90	90	192	192
Итого обед:					
Полдник					
1.	Суп молочный пшеничный	150	200	186	249
2.	Хлеб	35	35	77	77