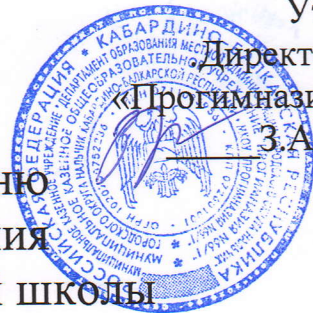




Утверждаю
Директор МКОУ
«Прогимназия №66/1»
З.А.Сарахова

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

на 22. 09. 2026г 7д

№ №	Наименование блюда	Масса порции 7 – 11 лет	Калорийность порции
Завтрак			
1.	Каша рисовая	200	199
2.	Бутерброд с маслом	35/10	150
3.	Чай с сахаром	200	56
Обед			
1.	Суп перловый	200	181
2.	Сметана к супу	10	26
3	Котлеты из говядины	90	208
4.	Тушеная капуста с овощами	150	153
5.	Компот из свежих плодов	200	113
6.	Хлеб пшеничный	50	228
7.	Хлеб ржаной		
8	Мандарины	100	57
Полдник			
	Макароны с сыром	200/15	291
	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 22.09.2026г 7 д

№№	Наименование блюда	Масса порции		Калорийность порции	
		2 – 3л.	3 – 7л.	2 – 3л.	3 – 7л.
Завтрак					
1.	Каша рисовая	150	200	145	199
2.	Бутерброд с маслом	35/10	35/10	150	150
3.	Чай с сахаром	150	180	42	50
Обед					
1.	Суп перловый	150	200	165	184
2	Сметана к супу	5	5	13	13
3	Котлеты из говядины	50	70	145	160
4	Тушеная капуста с овощами	120	150	125	146
5	Компот из свежих плодов	150	180	74	110
6	Хлеб пшеничный	70	70	165	165
Полдник					
1.	Макароны с сыром	150/10	150/15	266	272
2.	Чай с сахаром	150	180	42	50