



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

на _____ 22.12.2025 _____

№№	Наименование блюда	Масса порции		Калорийность порции	
		2 – 3л.	3 – 7л.	2 – 3л.	3 – 7л.
Завтрак					
1.	Яйцо варенное	1/1	1/1	63	63
2.	Бутерброд с маслом и сыром	35/10/ 10	35/10/ 10	174	174
3.	Чай с сахаром	150	180	42	50
Обед					
1.	Борщ с капустой и картофелем	150	200	167	191
2.	Сметана к борщу	5	5	13	13
3.	Гуляш с подливой	60	80	196	201
4.	Макароны отварные с маслом сливочном	100	100	109	130
5.	Компот из свежих плодов	150	180	74	110
6.	Хлеб пшеничный	70	70	165	165
Полдник					
1.	Суп молочный пшенный	150	200	188	214
2.	Хлеб пшеничный	35	35	75	75



Ежедневное меню
основного питания
для учащихся начальной МКОУ «Прогимназия №66/1»
на 22.12.2025г

№ №	Наименование блюда	Масса порции 7 – 11 лет	Калорийность порции
Завтрак			
1.	Яйцо вареное	1/1	63
2.	Бутерброд с маслом и сыром	35/10/10	202
3.	Чай с сахаром	200	56
ОБЕД			
	Яблоки свежие	100	47
1.	Борщ с капустой и картофелем	200	195
2.	Сметана к борщу	10	26
3	Гуляш с подливой	90	204
4	Макароны отварные с маслом сливочным	150	109
5	Компот из свежих плодов	200	113
6	Хлеб пшеничный	50	228
	Хлеб ржаной	30	71
7	Печенье « ювелирное»	20	92
Полдник			
	Суп молочный пшеничный	200	213
	Хлеб пшеничный	35	75