Утверждаю Директор МКОУ Ежедневное меню 3. «Прогими азия №66/1» 3.А. Сарахова

основного питания

для учащихся начальной школы

МКОУ «Прогимназия №66/1» на <u>23. //. 2023</u>

No No	Наименование блюда	Масса порции	Калорийность порции	
		7 – 11 лет		
	Завтрак			
1.	Каша Ячневая	200	199	
2.	Хлеб с маслом	35/10		
3.	Чай с сахаром	200	28	
	Итого завтрак:			
1.				
	Обед			
1.	Суп перловый со сметаной	250	107	
2.	Биточки рыбные	90	91	
3.	Картофельное пюре	150		
4.	Хлеб	90	192	
	Итого обед:			
	Полдник		*	
	Макароны с сыром	100/20	217	
	Чай	200	28	
	Итого полдник:			

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

на 23. 11. 2023

Наименование блюда	Масса порции		Калорийность порции	
	2 – 3л.	3 - 7л.	2 – 3л.	3-7л
Завтрак				
Каша Ячневая	150	200	263	313
Хлеб с маслом	35/10	35/10	108	108
Чай с сахаром	150	200	21	28
завтрак:				
Второй завтр	ак			
второй завтрак:				
Обед				
Суп перловый со сметаной	150	200	78	86
Биточки рыбные	60	70	113	123
Пюре картофельное	120	130	75	82
Компот из св.	150	180	70	84
Хлеб	90	90	192	192
обед:				
Полдник				
Макароны с сыром	100/20	100/20	217	217
Чай	150	200	21	28
	Каша Ячневая Хлеб с маслом Чай с сахаром завтрак: Второй завтрак: Обед Суп перловый со сметаной Биточки рыбные Пюре картофельное Компот из св. Хлеб обед: Полдник Макароны с сыром	Завтрак Каша Ячневая 150 Хлеб с маслом 35/10 Чай с сахаром 150 Завтрак: Второй завтрак Обед Суп перловый со сметаной 150 Биточки рыбные 60 Пюре картофельное 120 Компот из св. 150 Хлеб 90 обед: Полдник Макароны с сыром 100/20	Завтрак Каша Ячневая 150 200 Хлеб с маслом 35/10 35/10 Чай с сахаром 150 200 Второй завтрак Второй завтрак Обед Суп перловый со сметаной 150 200 Биточки рыбные 60 70 Пюре картофельное 120 130 Компот из св. 150 180 Хлеб 90 90 обед: Полдник Макароны с сыром 100/20 100/20	Пор 2 - 3л. 3 - 7л. 2 - 3л. 3 - 7л. 2 - 3л.