

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

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

на 24.10.2023

| № № | Наименование блюда | Масса порции 7 – 11 лет | Калорийность порции |
|-----------------------|----------------------------|-------------------------------|------------------------|
| Завтрак | | | |
| 1. | Каша манная | 200 | 199 |
| 2. | Хлеб с маслом | 35/10 | 108 |
| 3. | Чай с сахаром | 200 | 28 |
| Итого завтрак: | | 445 | 335 |
| Второй завтрак | | | |
| 1. | | | |
| Обед | | | |
| 1. | Суп фасолевый с вермишелью | 250 | 170 |
| 2. | Плов из мяса птицы | 90 | 309 |
| 3. | Компот из свежих яблок | 200 | 93 |
| 4. | Хлеб | 90 | 192 |
| Итого обед: | | 630 | 764 |
| Полдник | | | |
| | Запеканка с творогом | 60 | 217 |
| | Чай с сахаром | 200 | 28 |
| Итого полдник: | | | |



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

**Ежедневное меню
основного питания для детей дошкольного возраста
МКОУ «Прогимназия №66/1»
на 24.10.2023**

| №№ | Наименование блюда | Масса порции | | Калорийность порции | |
|------------------------------|-----------------------------------|--------------|------------|---------------------|------------|
| | | 2 – 3л. | 3 – 7л. | 2 – 3л. | 3 – 7л. |
| Завтрак | | | | | |
| 1. | Каша манная | 150 | 200 | 149 | 199 |
| 2. | Хлеб с маслом | 35/10 | 35/10 | 108 | 108 |
| 3. | Чай с сахаром | 150 | 200 | 21 | 28 |
| Итого завтрак: | | 345 | 445 | 278 | 335 |
| Второй завтрак | | | | | |
| | Печенье | 40 | 40 | 125 | 125 |
| Итого второй завтрак: | | 40 | 40 | 125 | 125 |
| Обед | | | | | |
| 1. | Суп фасолевый с вермишелью | 150 | 200 | 81 | 116 |
| 2. | Плов из мяса птицы | 120 | 130 | 247 | 269 |
| 4. | Компот из свежих яблок | 150 | 180 | 70 | 84 |
| 5. | Хлеб | 90 | 90 | 192 | 192 |
| Итого обед: | | 510 | 600 | 590 | 661 |
| Полдник | | | | | |
| 1. | Запеканка творожная | 60 | 60 | 217 | 217 |
| 2. | Чай с сахаром | 150 | 200 | 21 | 28 |
| | | 210 | 260 | 271 | 278 |