



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

**Ежедневное меню
основного питания для детей дошкольного возраста
МКОУ «Прогимназия №66/1»
на 26.10.2023**

| №№ | Наименование блюда | Масса порции | | Калорийность порции | |
|------------------------------|--------------------------------------|--------------|---------|---------------------|---------|
| | | 2 – 3л. | 3 – 7л. | 2 – 3л. | 3 – 7л. |
| Завтрак | | | | | |
| 1. | Каша Ячневая | 150 | 200 | 263 | 313 |
| 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 перловый со сметаной | 150 | 200 | 78 | 86 |
| 2. | Биточки рыбные | 60 | 70 | 113 | 123 |
| 3. | Пюре картофельное | 120 | 130 | 75 | 82 |
| 4. | Компот из св. | 150 | 180 | 70 | 84 |
| 5. | Хлеб | 90 | 90 | 192 | 192 |
| Итого обед: | | | | | |
| Полдник | | | | | |
| 1. | Гречка с заливным МОЛОКОМ | 120 | 130 | 112 | 142 |
| 2. | Хлеб | 150 | 200 | 21 | 28 |
| | | | | | |

Утверждаю

Директор МКОУ

«Прогимназия №66/1»

З.А. Сарахова

**Ежедневное меню
основного питания**

для учащихся начальной школы

МКОУ «Прогимназия №66/1»

на 26.10.2023

| № № | Наименование блюда | Масса порции 7 – 11 лет | Калорийность порции |
|-----------------------|----------------------------------|-------------------------------|------------------------|
| Завтрак | | | |
| 1. | Каша Ячневая | 200 | 199 |
| 2. | Хлеб с маслом | 35/10 | 108 |
| 3. | Чай с сахаром | 200 | 28 |
| Итого завтрак: | | | |
| Обед | | | |
| 1. | Суп перловый со сметаной | 250 | 107 |
| 2. | Биточки рыбные | 90 | 137 |
| 3. | Картофельное пюре | 150 | 91 |
| 4. | Хлеб | 90 | 192 |
| Итого обед: | | | |
| Полдник | | | |
| | Гречка с заливным молоком | 200 | 142 |
| | Хлеб | 35 | 77 |
| Итого полдник: | | | |