

Утверждаю
Директор МКОУ

«Прогимназия №66/1»

З.А. Сарахова

Ежедневное меню
основного питания
для учащихся начальной школы

МКОУ «Прогимназия №66/1»

на 28.09.2023

№ №	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:			
Второй завтрак			
1.			
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:			

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

Ежедневное меню
основного питания для детей дошкольного возраста
МКОУ «Прогимназия №66/1»
на 28.09.2023

№№	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					
	Кефир	100	100	57	57
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