

**Ежедневное меню
основного питания
для учащихся начальной
МКОУ «Прогимназия №66/1»
на 28.11.2023**

Утверждаю
директор МКОУ
«Прогимназия №66/1»
З.А.Сарахов З.А.Сарахов



| № № | Наименование блюда | Масса порции 7 – 11 лет | Калорийность порции |
|-----------------------|--|-------------------------------|------------------------|
| Завтрак | | | |
| 1. | Каша Геркулесовая | 200 | 199 |
| 2. | Хлеб с маслом | 35/10 | 108 |
| 3. | Чай с сахаром | 200 | 28 |
| Итого завтрак: | | | |
| Второй завтрак | | | |
| 1. | Яблоко | 100 | 100 |
| Обед | | | |
| 1. | Суп картофельный с вермишелью | 250 | 170 |
| 2. | Соус по - домашнему | 150 | 309 |
| | Компот из свежих яблок | 200 | 93 |
| 4. | Хлеб | 90 | 192 |
| Итого обед: | | | |
| Полдник | | | |
| 1 | Суп молочный рисовый | 200 | 249 |
| 2 | Хлеб | 35 | 77 |
| Итого полдник: | | | |



Ежедневное меню
основного питания для детей дошкольного возраста
МКОУ «Прогимназия №66/1»
 на 28.11.2023

| №№ | Наименование блюда | Масса порции | | Калорийность порции | |
|------------------------------|--------------------------------------|--------------|---------|---------------------|---------|
| | | 2 – 3л. | 3 – 7л. | 2 – 3л. | 3 – 7л. |
| Завтрак | | | | | |
| 1. | Каша Геркулесовая | 150 | 200 | 149 | 199 |
| 2. | Хлеб с маслом | 35/10 | 35/10 | 108 | 108 |
| 3. | Чай с сахаром | 150 | 200 | 21 | 28 |
| Итого завтрак: | | | | | |
| Второй завтрак | | | | | |
| Итого второй завтрак: | | | | | |
| Обед | | | | | |
| 1. | Суп картофельный с вермишелью | 150 | 200 | 73 | 120 |
| 2. | Соус по -домашнему | 120 | 130 | 247 | 268 |
| 4. | Компот из свежих яблок | 150 | 180 | 70 | 84 |
| 5. | Хлеб | 90 | 90 | 192 | 192 |
| Итого обед: | | | | | |
| Полдник | | | | | |
| 1. | Суп молочный рисовый | 150 | 200 | 186 | 249 |
| 2. | Чай | 150 | 200 | 21 | 28 |