

Утверждаю  
директор МКОУ

«Прогимназия №66/1»

*З.А.Сарахова* З.А.Сарахова

**Ежедневное меню  
основного питания  
для учащихся начальной школы  
МКОУ «Прогимназия №66/1»  
на 29.01.2024г.**

| №<br>№                | Наименование блюда                | Масса<br>порции<br>7 – 11 лет | Калорийность<br>порции |
|-----------------------|-----------------------------------|-------------------------------|------------------------|
| <b>Завтрак</b>        |                                   |                               |                        |
| 1.                    | <b>Каша Пшенная</b>               | <b>200</b>                    | <b>191</b>             |
| 2.                    | <b>Хлеб с маслом</b>              | <b>35/10</b>                  | <b>108</b>             |
| 3.                    | <b>Чай с сахаром</b>              | <b>200</b>                    | <b>28</b>              |
| <b>Итого завтрак:</b> |                                   |                               |                        |
| <b>Обед</b>           |                                   |                               |                        |
| 1.                    | <b>Суп свекольник со сметаной</b> | <b>250</b>                    | <b>170</b>             |
| 2.                    | <b>Плов из мяса</b>               | <b>150</b>                    | <b>290</b>             |
| 3.                    | <b>Компот из свежих яблок</b>     | <b>200</b>                    | <b>93</b>              |
| 4.                    | <b>Хлеб</b>                       | <b>90</b>                     | <b>192</b>             |
| <b>Итого обед:</b>    |                                   |                               |                        |
| <b>Полдник</b>        |                                   |                               |                        |
|                       | <b>Оладьи со сметаной</b>         | <b>60/20</b>                  | <b>334</b>             |
|                       | <b>Какао</b>                      | <b>200</b>                    | <b>107</b>             |
| <b>Итого полдник:</b> |                                   |                               |                        |

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



**Ежедневное меню**  
**основного питания для детей дошкольного возраста**  
**МКОУ «Прогимназия №66/1»**  
на 29.01.2024г.

| №.№                          | Наименование блюда            | Масса порции |       | Калорийность порции |       |
|------------------------------|-------------------------------|--------------|-------|---------------------|-------|
|                              |                               | 2 – 3        | 3 – 7 | 2 – 3               | 3 – 7 |
| <b>Завтрак</b>               |                               |              |       |                     |       |
|                              | <b>Каша Пшенная</b>           | 150          | 200   | 144                 | 186   |
|                              | <b>Хлеб с маслом</b>          | 35/10        | 35/10 | 108                 | 108   |
|                              | <b>Чай с сахаром</b>          | 150          | 200   | 21                  | 28    |
| <b>Итого завтрак:</b>        |                               |              |       |                     |       |
| <b>Второй завтрак</b>        |                               |              |       |                     |       |
|                              |                               |              |       |                     |       |
| <b>Итого второй завтрак:</b> |                               |              |       |                     |       |
| <b>Обед</b>                  |                               |              |       |                     |       |
|                              | <b>Суп Свекольник</b>         | 150          | 200   | 73                  | 120   |
|                              | <b>Плов из мяса</b>           | 120          | 130   | 247                 | 264   |
|                              | <b>Компот из свежих яблок</b> | 150          | 180   | 70                  | 84    |
|                              | <b>Хлеб</b>                   | 90           | 90    | 192                 | 192   |
| <b>Итого обед:</b>           |                               |              |       |                     |       |
| <b>Полдник</b>               |                               |              |       |                     |       |
| 1.                           | <b>Оладьи со сметаной</b>     | 60           | 60    | 334                 | 334   |
|                              | <b>Какао</b>                  | 150          | 200   | 168                 | 107   |