

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

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

на 29.01.2026г (д4)

№ №	Наименование блюда	Масса порции		Калорийность порции	
		2 – 3л.	3 – 7л.	2 – 3л.	3 – 7л.
Завтрак					
1.	Каша манная	150	200	188	192
2.	Бутерброд с маслом	35/10	35/10	150	150
3.	Чай с сахаром	150	180	42	50
Обед					
1.	Суп свекольник	150	200	130	153
2.	Сметана к супу	5	5	13	13
3.	Котлеты рыбные на пару	50	70	125	156
4.	Макароны отварные	110	130	156	175
5.	Компот из свежих плодов	150	180	74	110
6.	Хлеб пшеничный	70	70	165	165
Полдник					
1.	Твороженная запеканка	60	70	246	246
2.	Чай с сахаром	150	180	42	50

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

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

на 29.01.2026 г. (д 4)

№ №	Наименование блюда	Масса порции 7 – 11 лет	Калорийность порции
Завтрак			
1.	Каша манная	200	192
2.	Бутерброд с маслом	35/10	150
3.	Чай с сахаром	200	56
Обед			
1.	Суп свекольник	200	93
	Сметана к супу	10	26
2.	Котлеты рыбные на пару	90	80
3.	Макароны отварные	150	175
4.	Компот из свежих плодов	200	113
	Хлеб пшеничный	50	228
5.	Хлеб ржаной	30	71
6.	Печенье «Ювелирное»	20	92
	Бананы	100	96
Полдник			
1	Твороженная запеканка	70	246
2	Чай с сахаром	200	72