



Утверждаю
Директор МКОУ

«Прогимназия №66/1»

Ежедневное меню З.Сараева З.А. Сарахова
основного питания

для учащихся начальной школы

МКОУ «Прогимназия №66/1»

на 29.09.2023г.

№ №	Наименование блюда	Масса порции 7 – 11 лет	Калорийность порции
Завтрак			
1.	Каша Рисовая	200	199
2.	Хлеб с маслом	35/10	108
3.	Чай с сахаром	200	28
Итого завтрак:			
Второй завтрак			
1.			
Обед			
1.	Суп картофельный с вермишелью	250	170
2.	Биточки из говядины	90	170
3.	Пюре гороховое	150	179
4.	Хлеб	90	192
Итого обед:			
Полдник			
1.	Макароны с сыром	100/20	217
2.	Чай с сахаром	200	28
3.	Хлеб	35	77

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



**Ежедневное меню
 основного питания для детей дошкольного возраста
 МКОУ «Прогимназия №66/1»
 на 29.09.2023г.**

№№	Наименование блюда	Масса порции		Калорийность порции	
		2 – 3л.	3 – 7л.	2 – 3л.	3 – 7л.
Завтрак					
1.	Каша Рисовая	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					
	Кефир	100	100	57	57
Итого второй завтрак:					
Обед					
1.	Суп картофельный с вермишелью	150	200	73	120
2.	Биточки из говядины	60	70	135	150
3.	Пюре гороховое	120	130	147	159
4.	Компот из свежих яблок	150	180	70	84
5.	Хлеб	90	90	192	192
Итого обед:					
Полдник					
1.	Макароны с сыром	100/20	100/20	217	217
2.	Чай с сахаром	150	200	21	28
3.	Хлеб	35	35	77	77