

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

на 30.09.2026г 3д



Утверждаю

Директор МКОУ

«Прогимназия №66/1»

З.А.Сарахова

	Наименование блюда	Масса порции 7 – 11 лет	Калорийность порции
Завтрак			
1.	Каша пшенная	200	200
2.	Бутерброд с маслом	35/10	150
3.	Чай с сахаром	200	72
Обед			
1.	Суп фасолевый	200	128
2	Сметана к супу	10	26
3.	Мясо птицы тушеное с овощами	240	411
4.	Компот из свежих плодов	200	113
5.	Хлеб пшеничный	50	228
6	Хлеб ржаной	30	71
7	Бананы	162	73,89
Полдник			
1	Суп молочный с рисом	200	250
2	Хлеб пшеничный	35	77
3			

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



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

на 30.09.2026г 3д

№ №	Наименование блюда	Масса порции		Калорийность порции	
		2 – 3л.	3 – 7л.	2 – 3л.	3 – 7л.
Завтрак					
1.	Каша пшенная	150	200	149	200
2.	Бутерброд с маслом	35/10	35/10	108	150
3.	Чай с сахаром	150	180	42	50
Обед					
1.	Суп фасолевый	150	200	116	128
	Сметана к супу	5	5	13	13
2.	Мясо птицы тушеное с овощами	160	200	360	426
4.	Компот из свежих плодов	150	180	74	110
5.	Хлеб пшеничный	70	70	165	165
Полдник					
1.	Суп молочный с рисом	150	200	250	250
2.	Хлеб пшеничный	35	35	75	75
3.					