

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ПРОГИМНАЗИЯ №66/1»



«Утверждаю»

Директор МКОУ

«Прогимназия №66/1»

З.А. Сарахова

Приказ №24 от 20.08.2026г.

*Десятидневное основное меню
для обучающихся начальной школы
на 2026 – 2027 учебный год.
Возрастная категория: 7 – 11 лет.
(завтрак и полдник)*

Первый день.

Школьники от 7 до 11 лет.

Наименование блюда	Выход, г	Пищевая ценность				№ Рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	
Завтрак						
Яйцо варенное	1/1	5,08	4,60	0,28	63	№209
Бутерброд с маслом и сыром	35/10/10	4,3	8,36	6,82	202	№3
Чай с сахаром	200	0	0	7	56	№411
Полдник						
Суп молочный пшеничный	200	10,95	8,73	48,00	213	№101
Хлеб пшеничный	35	2,77	0,35	16,19	74,8	№701

День второй.

Школьники от 7 до 11 лет.

Наименование блюда	Выход, г	Пищевая ценность				№ Рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	
Завтрак						
Каша рисовая	200	5,28	9,35	27,6	204	№330
Бутерброд с маслом	35/10	2,3	4,36	14,62	150	№1
Чай с сахаром	200	0	0	12,2	72	№411
Полдник						
Булочка к чаю	60	6,4	5,6	43,7	249	№472
Кефир	200	7,8	8,1	14,3	150	№385

День третий.

Школьники от 7 до 11 лет.

Наименование блюда	Выход, г	Пищевая ценность				№ Рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	
Завтрак						
Каша пшениная	200	5,67	5,28	32,55	200	№331
Бутерброд с маслом	35/10	2,3	4,36	14,62	150	№1
Чай с сахаром	200	0	0	16	72	№411
Полдник						
Суп молочный с рисом	200	6,4	5,6	43,7	249,9	№90
Хлеб пшеничный	35	2,77	0,35	16,19	77,4	№701

День четвертый.

Школьники от 7 до 11 лет.

Наименование блюда	Выход, г	Пищевая ценность				№ Рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	
Завтрак						
Каша манная	200	6,21	7,47	25,09	192	№331
Бутерброд с маслом	35/10	2,3	4,36	14,62	150	№1
Чай с сахаром	200	0	0	7	56	№411
Полдник						
Творожная запеканка	70	10,96	4,87	24,64	246,2	№458
Чай с сахаром	200	0	0	16	72	№411

День пятый.

Школьники от 7 до 11 лет.

Наименование блюда	Выход, г	Пищевая ценность				№ Рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	
Завтрак						
Каша ячневая	200	6,9	8,1	39	264	№ 331
Бутерброд с маслом	35/10	2,3	4,36	14,62	150	№1
Чай с сахаром	200	0	0	16	72	№411
Полдник						
Оладьи	60	5,0	3,0	47,0	249	№432
Сметана	10	0,42	2,40	0,58	25,90	№488
Какао с молоком	200	3,52	3,72	25,49	145,2	№416

День шестой.

Школьники от 7 до 11 лет.

Наименование блюда	Выход, г	Пищевая ценность				№ Рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	
Завтрак						
Каша пшеничная	200	6,21	7,47	25,09	215	№331
Бутерброд с маслом	35/10	2,3	4,36	14,62	150	№1
Чай с сахаром	200	0	0	16	72	№411
Полдник						
Омлет натуральный	60	7,32	11,04	1,14	133	№229
Хлеб пшеничный	35	2,77	0,35	16,19	77,4	№701
Чай с сахаром	200	0	0	16	72	№411

День седьмой.

Школьники от 7 до 11 лет.

Наименование блюда	Выход, г	Пищевая ценность				№ Рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	
Завтрак						
Каша рисовая	200	5,28	9,35	22,2	199	№330
Бутерброд с маслом	35/10	2,3	4,36	14,62	150	№1
Чай с сахаром	200	0	0	7	56	№411
Полдник						
Макароны с сыром	200/15	10,96	8,9	34,64	291	№451
Чай с сахаром	200	0	0	16	72	№411

День восьмой.

Школьники от 7 до 11 лет.

Наименование блюда	Выход, г	Пищевая ценность				№ Рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	
Завтрак						
Каша ячневая	200	8,1	7,5	21,1	178	№331
Бутерброд с маслом	35/10	2,3	4,36	14,62	150	№1
Чай с сахаром	200	0	0	16	72	№411
Полдник						
Гречка с заливным молоком	200	14	6	44	286	№237
Хлеб пшеничный	35	2,77	0,35	16,19	77,4	№701

День девятый.

Школьники от 7 до 11 лет.

Наименование блюда	Выход, г	Пищевая ценность				№ Рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	
Завтрак						
Каша геркулесовая	200	9,16	10,24	41,6	235	№331
Бутерброд с маслом	35/10	2,3	4,36	14,62	150	№1
Чай с сахаром	200	0	0	16	72	№411
Полдник						
Молочный суп с макаронами	200	6,4	5,6	43,7	249,9	№90
Хлеб	35	2,77	0,35	16,19	74,8	№701

День десятый.

Школьники от 7 до 11 лет.

Наименование блюда	Выход, г	Пищевая ценность				№ Рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	
Завтрак						
Каша манная	200	6,21	7,47	25,09	192	№331
Бутерброд с маслом	35/10	2,3	4,36	14,62	150	№1
Чай с сахаром	200	0	0	16	72	№411
Полдник						
Пирожок с творогом	60/20	10,96	4,87	24,64	218	№451
Чай с сахаром	200	0	0	16	72	№411

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
"ПРОГИМНАЗИЯ №66/1" ГОРОДСКОГО
ОКРУГА НАЛЬЧИК КАБАРДИНО-
БАЛКАРСКОЙ РЕСПУБЛИКИ

Подписано цифровой подписью: МУНИЦИПАЛЬНОЕ
КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
"ПРОГИМНАЗИЯ №66/1" ГОРОДСКОГО ОКРУГА
НАЛЬЧИК КАБАРДИНО-БАЛКАРСКОЙ РЕСПУБЛИКИ
Дата: 2026.09.28 13:58:46 +03'00'