



УТВЕРЖДАЮ
Директор
/ Е. Монахова 2025 г.

Ежедневное меню основного питания «РЖД прогимназии № 20»
на «3» июля 2025 г.

Длительность пребывания детей в учреждении – 12 часов

Завтрак

Обед

Наименование блюда	Масса порции, энергетическая ценность				Наименование блюда	Масса порции, энергетическая ценность			
	Дошкольные группы		Начальные классы			Дошкольные группы		Начальные классы	
	Масса в г	Ккал	Масса в г	Ккал		Масса в г	Ккал	Масса в г	Ккал
Каша манная на сгущенном молоке	200	182,9 4	200	182,9 4	Суп картофельный	200	81,0	250	101,2
Хлеб с маслом, сыром	30/5/14	139	50/10/20	145,0	Плов из отварного мяса	170	292,4	230	395,6
Чай с сахаром	200	44,82	-	-	Салат из соленых огурцов	65	55,35	65	55,35
Какао на молоке	-	-	180	96,3	Кисель из замороженных ягод	180	76,56	200	85,07

2-ой завтрак

Сад- яблоко 100гр -47 Ккал; Школа-Сок 200-92 Ккал

Полдник

Ужин

Наименование блюда	Масса порции, энергетическая ценность				Наименование блюда Масса в г	Масса порции, энергетическая ценность			
	Дошкольные группы		Начальные классы			Дошкольные группы		Начальные классы	
	Масса в г	Ккал	Масса в г	Ккал		Масса в г	Ккал	Масса в г	Ккал
Ряженка	200	108	200	108	Рыба отварная, под овощным маринадом	60/45	117,5	90/45	176,2
Кондитерские изделия	-	-	20	81,3	Икра морковная	150	104,4	150	104,4
Яблоко	-	-	180	172,8	Какао на молоке	180	107	-	-
Коржик молочный	40	164,5	-	-	Чай с молоком	-	-	180	80,4

Шеф-повар

Е.Н.Монахова

Медсестра

О.Н.Родионова