



Ежедневное меню основного питания «РЖД прогимназии № 20»

на «4» сентября 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
Суп молочный рисовый	200	156,0	250	165,5	Борщ со сметаной	200	95,2	-	-
Яйцо отварное	-	-	40	62,8	Борщ со сметаной кур/б	-	-	250	147,45
Хлеб с маслом	30/5	101			Картофельно-морковное пюре	150	131,4	180	157,7
Хлеб с маслом	-	-	50/10	115,4	Котлета «Здоровье»	80	170,0	100	200,0
Шоколадный напиток	180	107	-	-	Компот из сухофруктов	180	56,3	200	62,54
Чай с молоком	-	-	180	80,4					

2-ой завтрак

Сад- ЯБЛОКО 100гр -47 Ккал; Школа- ЯБЛОКО 200гр -192 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
Молоко	200	108,0	200	108,0	Запеканка из творога со сгущенным молоком	-	-	140/30	389,29
Булочка домашняя	50	155,5	80	234,0	Яйцо отварное	20	31,4	-	-
					Сок	-	-	200	128,1
					Запеканка творожная	130	200,7	-	-
					Сметанный соус	30	45	-	-
					Чай с молоком	200	89,32	-	-

Шеф-повар

Е.Н.Монахова

Медсестра

О.Н.Родионова