



УТВЕРЖДАЮ  
Директор

«18» января 2025 г.

Ежедневное меню основного питания «РЖД прогимназии № 20»

на «18» января 2025 г.

Длительность пребывания детей в учреждении – 12 часов

Завтрак

Обед

Наименование блюда	Масса порции, энергетическая ценность				Наименован ие 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 с крупой гречневой	200	141,6	250	177,0	Щи из квашенной капусты со сметаной	200	146,0	250	182,4
Бутерброд с маслом, сыром	30/5/15	139,0	50/10/20	157,0	Картофельно- морковное пюре	150	131,4	180	157,7
Шоколадный напиток	180	107,0	200	118,67	Котлета «Здоровье»	80	170,0	100	200,0
					Компот из сухофрукты	180	89,1	-	-
					Сок фруктовый	-	-	200	136,4

2-ой завтрак

Сад –фрукты 100/48,0 Ккал ; Школа-фрукты -200/96,0 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	180	97,0	Зразы творожные	120	294,1	140	343,2
Батон с повидлом	30/20	120,0	70/30	239,0	Соус сметанный	40	29,65	-	-
					Сгущенное молоко	-	-	35	114,8
					Чай с сахаром, лимоном	200	44,82	-	-
					Чай с молоком	-	-	200	89,32
					Яйцо отварное	-	-	40	62,8

Шеф-повар

Е.Н.Монахова

Медсестра

О.Н.Родионова