



Ежедневное меню основного питания «РЖД прогимназии № 20»  
на «18» 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
Биточки рыбные с рисом, запеченные	90	90,5	120	120,67	Рассольник Ленинградский с мясом	200	145,0	-	-
Капуста тушеная	100	79,8	180	143,64	Суп картофельный с бобовыми	-	-	250	225,0
Бутерброд с маслом	30/5	90,0	50/10	115,4	Макароны отварные	120	129,2	150	147,7
Кофейный напиток на молоке	180	91,0	180	91,0	Шницель мясной	75	139,13	100	185,5
					Салат из соленых огурцов	65	55,35	-	-
					Кисель из свежесзамороже нных ягод	180	85,07	180	85,07
					Фрукты	-	-	180	192

2-ой завтрак

Сад- Сок 200гр -84,8 Ккал;

Школа-Сок 200-128,1Ккал

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
Кефир	200	106	200	106,0	Суп молочный с ячневой крупы	200	156,0	250	195,0
Кондитерские изделия	40	166,8	50	250,2	Напиток из шиповника	150	60,0	-	-
					Компот из сухофрукты	-	-	180	89,10
					Фрукты	100	96,0	-	-
					Коржик молочный	-	-	60	246,86

Шеф-повар

Е.Н.Монахова

Медсестра

О.Н.Родионова