



УТВЕРЖДАЮ
Директор

«4» сентября 2026 г.

Ежедневное меню основного питания «РЖД прогимназии № 20»

на «5» сентября 2026 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
<i>Биточки рыбные с рисом, запеченные</i>	90	90,5	120	120,67	<i>Рассольник Ленинградский с мясом</i>	200	145,0	-	-
<i>Капуста тушеная</i>	100	79,8	180	143,64	<i>Суп картофельный с бобовыми</i>	-	-	250	225,0
<i>Бутерброд с маслом</i>	30/5	90,0	50/10	115,4	<i>Макароны отварные</i>	120	129,2	150	147,7
<i>Кофейный напиток на молоке</i>	180	91,0	180	91,0	<i>Шницель мясной</i>	75	139,13	100	185,5
					<i>Салат из соленых огурцов</i>	65	55,35	-	-
					<i>Икра кабачковая</i>	-	-	30	23,8
					<i>Кисель из свежемороженой ягод</i>	180	85,07	180	85,07
					<i>Фрукты</i>	-	-	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
<i>Кефир</i>	200	106	200	106,0	<i>Суп молочный с ячневой крупы</i>	200	156,0	250	195,0
<i>Кондитерские изделия</i>	40	166,8	50	250,2	<i>Напиток из шиповника</i>	150	60,0	-	-
					<i>Компот из сухофрукты</i>	-	-	180	89,10
					<i>Фрукты</i>	100	96,0	-	-
					<i>Коржик молочный</i>	-	-	40	164,5

Шеф-повар

Е.Н.Монахова

Медсестра

О.Н.Родионова