



**Ежедневное меню основного питания «РЖД прогимназии № 20»
на «6» 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
Макароны с тертым сыром	180	204,0	220	249,37	Свекольник со сметаной, мясом	200	113,7	250	142,1
Бутерброд с маслом	30/5	90,0	50/10	115,4	Тефтели б/к	70	189,0	80	216,0
Кофе на сгущенном молоке	180	102,0	200	113,3	Гречка отварная с овощами	104	168,8	155	250,4
					Соленый огурец	-	-	40	5,2
					Кисель из свежемороженых ягод	200	85,07	180	76,6

2-ой завтрак

Сад- Фрукты 100р -96,0 Ккал; Школа- Фрукты 200-192,0Ккал

Полдник

Ужин

Наименование блюда	Масса порции, энергетическая ценность				Наименование блюда	Масса порции, энергетическая ценность				
	Дошкольные группы		Начальные классы			Масса в г	Дошкольные группы		Начальные классы	
	Масса в г	Ккал	Масса в г	Ккал			Масса в г	Ккал	Масса в г	Ккал
Ряженка	200	108,0	200	108,0	Рыба, тушеная с овощами	80	82,78	120	112,32	
Кондитерские изделия	50	166,8	-	-	Картофельное пюре	130	99,75	180	170,4	
Коржик молочный	-	-	40	164,5	Сок фруктовый	200	136,4	180	122,76	
					Соленый огурец	15	5,2	-	-	

Шеф-повар

Е.Н.Монахова

Медсестра

О.Н.Родионова