



УТВЕРЖДАЮ
Директор

«18» сентября 2026 г.

Ежедневное меню основного питания «РЖД прогимназии № 20»
на «18» 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
Филе рыбное, запеченное под омлетом	120	168,4	150	215,5	Суп «Волна» на кур/б	180	182,07	250	232,8
Салат из квашеной капусты	60	45,6	80	60,8	Жаркое по домашнему	200	230,0	230	264,5
Бутерброд с маслом	30/5	90,0	50/10	115,4	Салат из свеклы с черносливом	75	98,6	-	-
					Салат из моркови с курагой	-	-	80	180,6
Чай с молоком	180	80,39	200	89,32	Сок фруктовый	150	102,3	180	128,1

2-ой завтрак

Сад- Фрукты 100р -96,0 Ккал; Школа- Фрукты 200-94,0Ккал

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
Молоко	200	108,0	180	100	Суп молочный с макаронами	200	155,0	250	181,5	
Кондитерские изделия	40	166,8	-	-	Компот из чернослива	-	-	200	117,0	
Батон с повидлом	-	-	70/30	239,0	Кофе на сгущенном молоке	180	102,0	-	-	
					Булочка	60	200,7	-	-	
					Яйцо отварное	-	-	20	31,4	

Шеф-повар

Е.Н.Монахова

Медсестра

О.Н.Родионова

(Handwritten signatures of E.N. Monakhova and O.N. Rodionova)