



УТВЕРЖДАЮ
Директор

«12» сентября 2026 г.

Ежедневное меню основного питания «РЖД прогимназии № 20»

на «12» 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
Каша молочная «Дружба»	200	201,0	200	201,0	Суп «Донской» из сайры	200	150,3	250	187,7
Бутерброд с маслом	30/5	90,0	-	-	Икра «Зимняя»	150	104,4	150	104,4
Бутерброд с маслом, сыр	-	-	50/10/20	157,0	Биточки паровые	80	158,3	100	186,25
Чай с молоком	180	80,4	-	-	Кисель из свежесзамороженных ягод	-	-	200	85,07
Чай с сахаром, лимоном	-	-	200	44,82	Компот из сухофрукты	180	89,1	-	-
Яйцо отварное	-	-	40	62,8					

2-ой завтрак

Сад- Фрукты 100р -96,0 Ккал; Школа- сок 200- 128,1 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
Кефир	200	106,0	200	106,0	Сырники розовые	150	264,6	160	282,3
Булочка	-	-	80	267,6	Сметанный соус	40	29,69	-	-
Батон с повидлом	30/20	120,32	-	-	Сгущенное молоко	-	-	30	114,8
					Яйцо отварное	40	62,8	-	-
					Кофейный напиток на молоке	200	101,1	180	91,0
					Яблоко	-	-	180	94,0

Шеф-повар

Е.Н.Монахова

Медсестра

О.Н.Родионова