



УТВЕРЖДАЮ  
Директор

РЖД  
прогимназия  
№ 20

«13» сентября 2026 г.

Ежедневное меню основного питания «РЖД прогимназии № 20»

на «13» 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
Хлопья кукурузные с молоком	37/180	164,5	-	-	Суп картофельный с бобовыми	200	79,03	-	-
Каша молочная кукурузная	-	-	200	240,24	Рассольник Ленинградский с мясом	-	-	250	225,0
Яйцо отварное	40	62,8	-	-	Картофель отварной	150	146,0	180	175,2
Бутерброд с маслом	30/5	90,0	50/10	115,4	Бефстроганов из отварного мяса	100	196,82	120	236,2
Чай с сахаром, лимоном	180	40,34	-	-	Сок фруктовый	200	136,4	180	115,29
Кофейный напиток	-	-	200	100,6					

2-ой завтрак

Сад- Фрукты 100р -96,0 Ккал; Школа- Фрукты 200- 192,0 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	Печень по-строгановски	100	180,0	140	262,0
Кондитерские изделия	40	166,8	50	250,2	Рис отварной с овощами	100	115,86	-	-
Яйцо отварное	-	-	20	31,4	Салат из соленых огурцов	65	55,35	65	55,35
					Макароны с овощами	-	-	105	135,33
					Компот из сухофрукты	180	99,0	-	-
					Какао на молоке	-	-	180	106,8

Шеф-повар

Е.Н.Монахова

Медсестра

О.Н.Родионова

*(Handwritten signatures in blue ink)*