УТВЕРЖДАЮ
Директор
_____/
«1» апреля 2026 г.

Ежедневное меню основного питания «РЖД прогимназии № 20»
на «20» апреля 2026 г.

Длительность пребывания детей в учреждении – 12 часов

Завтрак

Наименование блюда	Масса порции, энергетическая ценность			
	Дошкольные группы		Начальные классы	
	Масса в г	Ккал	Масса в г	Ккал
Макароны с тертым сыром	*180*	*204,0*	*220*	*249,37*
Бутерброд с маслом	*30/5*	*90,0*	*50/10*	*115,4*
Кофе на сгущенном молоке	*180*	*102,0*	*200*	*113,3*

Обед

Наименование блюда	Масса порции, энергетическая ценность			
	Дошкольные группы		Начальные классы	
	Масса в г	Ккал	Масса в г	Ккал
Свекольник со сметаной, мясом	*200*	*113,7*	*250*	*142,1*
Тефтели б/к	*70*	*189,0*	*80*	*216,0*
Гречка отварная с овощами	*104*	*168,8*	*155*	*250,4*
Соленый огурец	*-*	*-*	*40*	*5,2*
Кисель из свежезамороженных ягод	*200*	*85,07*	*180*	*76,6*

2-ой завтрак

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

Полдник

Наименование блюда	Масса порции, энергетическая ценность			
	Дошкольные группы		Начальные классы	
	Масса в г	Ккал	Масса в г	Ккал
Ряженка	*200*	*108,0*	*200*	*108,0*
Кондитерские изделия	*50*	*166,8*	*-*	*-*
Коржик молочный	*-*	*-*	*40*	*164,5*

Ужин

Наименование блюда Масса в г	Масса порции, энергетическая ценность			
	Дошкольные группы		Начальные классы	
	Масса в г	Ккал	Масса в г	Ккал
Рыба, тушенная с овощами	*80*	*82,78*	*120*	*112,32*
Картофельное пюре	*130*	*99,75*	*180*	*170,4*
Сок фруктовый	*200*	*136,4*	*180*	*122,76*
Соленый огурец	*15*	*5,2*	*-*	*-*

Шеф-повар _____ **Е.Н.Монахова**

Медсестра _____ **О.Н.Родионова**