УТВЕРЖДАЮ
Директор
_____/
«__» _____202__г.

Ежедневное меню основного питания «РЖД прогимназии № 20»
на «13» августа 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
Хлопья кукурузные с молоком	*37/180*	*164,5*	-	-
Каша молочная кукурузная	-	-	*200*	*240,24*
Яйцо отварное	*40*	*62,8*	-	-
Бутерброд с маслом	*30/5*	*90,0*	*50/10*	*115,4*
Чай с сахаром, лимоном	*180*	*40,34*	-	-
Кофейный напиток	-	-	*200*	*100,6*

Обед

Наименование блюда	Масса порции, энергетическая ценность			
	Дошкольные группы		Начальные классы	
	Масса в г	Ккал	Масса в г	Ккал
Суп картофельный с бобовыми	*200*	*79,03*	-	-
Рассольник Ленинградский с мясом	-	-	*250*	*225,0*
Картофель отварной	*150*	*146,0*	*180*	*175,2*
Бефстроганов из отварного мяса	*100*	*196,82*	*120*	*236,2*
Сок фруктовый	*200*	*136,4*	*180*	*115,29*

2-ой завтрак

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

Полдник

Наименование блюда	Масса порции, энергетическая ценность			
	Дошкольные группы		Начальные классы	
	Масса в г	Ккал	Масса в г	Ккал
Кефир	*200*	*106,0*	*200*	*106,0*
Кондитерские изделия	*40*	*166,8*	*50*	*250,2*
Яйцо отварное	-	-	*20*	*31,4*

Ужин

Наименование блюда Масса в г	Масса порции, энергетическая ценность			
	Дошкольные группы		Начальные классы	
	Масса в г	Ккал	Масса в г	Ккал
Печень по-строгановски	*100*	*180,0*	*140*	*262,0*
Рис отварной с овощами	*100*	*115,86*	-	-
Салат из соленых огурцов	*65*	*55,35*	*65*	*55,35*
Каша пшенная с маслом	-	-	*100*	*160,7*
Компот из сухофрукты	*180*	*99,0*	-	-
Какао на молоке	-	-	*180*	*106,8*

Шеф-повар _____ Е.Н.Монахова

Медсестра _____ О.Н.Родионова