УТВЕРЖДАЮ

Директор

_____/_____/

«6» мая 2026 г.

Ежедневное меню основного питания «РЖД прогимназии № 20»

на «4» мая 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
Плов вегетарианский	*150*	*164,2*	*200*	*201,0*	*Свекольник со сметаной и мясом*	*200/5/10*	*145,0*	*250/8/10*	*181,3*
Хлеб с маслом ,сыр	-	-	*50/10/20*	*145,0*	*Бефстроганов*	*65*	*127,93*	*110*	*216,5*
Хлеб с маслом	*30/5*	*90,0*	-	-	*Гречка отварная с овощами*	*105*	*168,8*	*150*	*250,4*
Чай с сахаром, лимоном	*180*	*40,34*	*200*	*44,82*	*Свежий огурец*	*30*	*6,6*	*30*	*6,6*
Печенье	*15*	*60,98*			*Компот из яблок*	*200*	*114,6*	-	-
					Сок	-	-	*200*	*92,0*
					Яблоко	*100*	*47*	-	-

2-ой завтрак

Сад- *Сок 200гр -84,8 Ккал;* *Школа-Яблоко 180-94,0 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
Ряженка	*200*	*108*	*200*	*108*	*Рагу из овощей*	*200*	*138,42*	*250*	*210,53*
Коржик молочный	*40*	*164,5*	*60*	*246,86*	*Яйцо отварное*	-	-	*40*	*62,8*
					Кофе на сгущенном молоке	*200*	*113,3*	-	-
					Компот из свежих фруктов	-	-	*200*	*114,6*

Шеф-повар _____ **Е.Н.Монахова**

Медсестра _____ **О.Н.Родионова**