

УТВЕРЖДАЮ
Директор
_____/
«13» ноября 2026 г.

Ежедневное меню основного питания «РЖД прогимназии № 20»
на «13» ноября 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
Суп молочный с крупой ячневой	*200*	*156,*	*200*	*156,0*	*Щи на м/б со сметаной*	*200*	*84,8*	-	-
Сыр	*20*	*72,8*	*20*	*72,8*	*Щи с картофелем и капустой*	-	-	*250*	*96,0*
Бутерброд с маслом	*30/5*	*90,0*	*50/10*	*115,4*	*Суфле мясное*	*75*	*230,43*	*85*	*274,04*
Чай с сахаром, лимоном	*180*	*40,34*	-	-	*Салат из картофеля с соленым огурцом*	*150*	*131,2*	*150*	*131,2*
Чай с молоком	-	-	*200*	*89,32*	*Кисель из замороженных ягод*	*200*	*85,07*	-	-
Печенье	-	-	*20*	*81,3*	*Сок*	-	-	*200*	*84,8*

2-ой завтрак
Сад- ЯБЛОКО*100гр* ***-47 Ккал*** *Школа-***ЯБЛОКО** *200гр* ***-192 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*	*200*	*106*	*Запеканка из печени с рисом*	*150*	*277,2*	*170*	*314,16*
Кондитерские изделия			*40*	*162,6*	*Соус сметанный*	*30*	*45*	*30*	*45*
Булочка «Татарочка»	*70*	*177,01*	-	-	*Салат из помидор и огурцов*	*80*	*99,2*	-	-
Яйцо отварное	-	-	*40*	*62,8*	*Салат из свежих огурцов*	-	-	*100*	*67,3*
					Компот из сухофруктов	*180*	*56,3*	*200*	*62,54*

Шеф-повар _____ **Е.Н.Монахова**

Медсестра _____ **О.Н.Родионова**