

**Частное дошкольное образовательное учреждение
«РЖД детский сад № 13»**

Ежедневное меню на 15.09.2025 года

Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5-12часов

	Наименование блюда	Выход блюда	Хим. состав			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
Завтрак	Каша геркулесовая молочная	200	1,0	2,0	27,6	150,0
	Чай с сахаром	200	0,17		8,11	33,12
	Бутерброд с маслом и сыром	25/7,5/8	3,72	9,21	12,91	149,85
Итого за завтрак			4,89	11,21	48,62	332,97
Второй завтрак	Ряженка/печенье	200/30	8,85	7,94	30,72	233,1
	Банан	150	1,5	0,5	21,0	96,0
Итого за второй завтрак			10,35	8,44	51,72	329,1
Обед	Салат из белокочанной капусты	60	0,9	2,49	5,53	48,65
	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	6,72	6,45	14,41	142,81
	Плов с мясом	200	8,9	13,7	7,3	150,0
	Компот из сухофруктов	180			6,1	24,39
	Хлеб	30	1,99	0,26	12,72	61,19
Итого за обед			18,51	22,9	58,76	427,04
Уплотненный полдник	Овощи тушеные	140	2,23	2,36	86,7	90,3
	Суфле куриное	70	8,21	7,3	2,73	100,19
	Хлеб	20	1,32	0,18	8,48	40,79
	Напиток витаминный «Витошка»	200				
Итого уплотненный полдник			11,76	9,84	97,91	231,28
Итого за день			45,51	52,39	257,01	1320,39