

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

**Ежедневное меню основного питания на 18.09.2025 года**

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

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Химический состав			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
Завтрак	Каша манная молочная	200	1,7	6,01	20,08	100,3
	Какао с молоком	200	6,38	6,81	17,5	158,79
	Бутерброд с маслом и сыром	25/7,5/8	3,72	9,21	12,91	149,85
<b>Итого за завтрак</b>			<b>11,8</b>	<b>22,03</b>	<b>50,49</b>	<b>408,94</b>
Второй завтрак	Биолакт	180	6,12	4,5	9,9	109,8
	Батон	40	3,0	1,16	20,56	104,8
<b>Итого за второй завтрак</b>			<b>9,12</b>	<b>5,66</b>	<b>30,46</b>	<b>214,6</b>
Обед	Рассольник	200	5,42	11,34	13,37	180,85
	Пюре картофельное	140	3,41	3,8	22,51	138,3
	Оладьи из печени	70	12,78	7,3	6,2	154,11
	Нап.вит. Витошка	180				
	Хлеб	20/30	1,66	0,26	12,72	61,19
<b>Итого за обед</b>			<b>23,27</b>	<b>22,7</b>	<b>54,8</b>	<b>534,45</b>
Уплотненный полдник	Капуста тушеная	140	3,48	2,91	10,64	84,97
	Биточки рыбные	70	0,3	1,6	40,0	140,0
	Чай с сахаром	200	0,17		8,11	33,12
	Батон	30	2,25	0,87	15,42	78,6
	Хлеб	20	1,32	0,18	8,48	40,79
<b>Итого за уплотненный полдник</b>			<b>7,52</b>	<b>5,56</b>	<b>82,65</b>	<b>377,48</b>
<b>Итого за день</b>			<b>51,71</b>	<b>55,95</b>	<b>218,4</b>	<b>1535,47</b>