

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

Ежедневное меню основного питания на 19.09.2025 года

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

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Химический состав			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
Завтрак	Каша «дружба» молочная	200	1,23	3,0	15,0	150,0
	Кофейный напиток с молоком	200	1,0	1,0	13,0	96,0
	Бутерброд с маслом и сыром	30/7/8	4,23	9,11	15,48	161,32
Итого за завтрак			6,46	13,11	43,48	407,32
Второй завтрак	Сок	200	1,0	0,2	20,2	86,0
	Печенье	30	2,25	2,94	22,32	125,1
	яблоко	150	0,6	0,6	14,7	70,5
Итого за второй завтрак			3,85	3,74	57,22	281,6
Обед	Борщ с мясом	200	3,01	2,05	10,3	250,0
	Гречка рассыпчатая	140	6,35	1,21	10,93	150,0
	Биточки рубленные из птицы	70	7,0	7,3	2,73	80,79
	Соус томатный	30	0,3	1,18	1,53	18,18
	Компот из смеси сухофруктов	180			6,1	24,39
	Хлеб	30	1,99	0,26	12,72	61,19
Итого за обед			18,65	12,0	44,31	584,55
Уплотненный полдник	Салат из белокочанной капусты	60	0,9	2,49	5,53	48,65
	Жаркое по - домашнему	200	3,0	6,0	20,0	160,0
	Какао с молоком «Витошка»	200	6,38	6,81	17,5	158,79
	Булочка домашняя	70	1,2	2,0	20,0	120,0
	Хлеб	20	1,32	0,18	8,48	40,79
Итого за уплотненный полдник			12,8	17,48	71,51	528,23
Итого за день			41,76	46,33	216,52	1801,7