

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

Ежедневное меню на 23.09.2025 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 пшениная молочная	200	8,17	11,05	29,1	250,01
	Кофейный напиток из цикория	200	2,55	2,48	12,95	84,97
	Бутерброд с маслом	35/5	2,66	5,15	18,03	129,1
Итого за завтрак			13,38	18,68	60,08	464,08
Второй завтрак	Биотворог/батон	100/40	5,91	2,13	24,44	143,6
	Банан	150	2,25	0,75	31,5	144,0
Итого за второй завтрак			8,16	2,88	55,94	287,6
Обед	Помидор свежий	60	0,66	0,12	1,8	14,4
	Суп лапша с курицей	200	5,47	7,0	12,14	133,35
	Пюре картофельное	140	3,41	3,8	22,51	138,3
	Котлета рыбная	70	14,45	4,86	10,92	145,56
	Напиток витаминный Витошка	180				
	Хлеб	30	1,99	0,26	12,72	61,19
Итого за обед			25,98	16,04	60,09	492,8
Уплотненный полдник	Салат из моркови	60	0,76	0,06	5,96	28,11
	Сырники из творога	150	10,0	16,2	20,0	290,4
	Соус молочный	30	0,62	1,94	1,92	27,62
	Сок	200	1,0	0,2	20,2	86,0
	Батон	20/30	2,25	0,87	15,42	78,6
Итого за уплотненный полдник			14,63	19,27	63,5	510,73
Итого за день			62,15	56,87	239,61	1755,21