

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

Ежедневное меню на 10.09.2025 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 рисовая молочная	200	1,2	3,87	14,2	129,05
	Какао с молоком Витошка	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
Итого завтрак			11,3	19,89	44,61	437,69
Второй завтрак	Сок	200	1,0	0,2	20,2	86,0
	Пряники	40	2,36	1,88	30,0	146,4
Итого второй завтрак			3,36	2,08	50,2	232,4
Обед	Суп крестьянский	200	19,0	4,26	14,49	200,0
	Каша гречневая рассыпчатая	140	6,35	1,21	10,93	150,0
	Котлета мясная	70	11,12	23,14	10,84	296,32
	Соус сметанный/ соус томатный	30	0,3	1,18	1,53	18,18
	Компот из сухофруктов	180			6,1	24,39
	Хлеб	30	1,99	0,26	12,72	61,19
Итого обед			38,76	30,05	56,61	750,08
Уплотненный полдник	Винегрет овощной с сельдью	180	8,99	10,69	14,35	190,72
	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63
	Чай с сахаром	200	0,17		8,11	33,12
	Хлеб	20	1,32	0,18	8,48	40,79
	Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	70,5
Итого уплотненный полдник			16,18	16,07	45,94	398,13
Итого за день			69,6	68,09	197,36	1818,3