

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

**Ежедневное меню на 25.09.2025 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 манная молочная	200	1,7	6,01	20,08	100,3
	Чай с сахаром	200	0,17		8,11	33,12
	Бутерброд с маслом	33/7	2,52	6,74	17,02	138,82
<b>Итого за завтрак</b>			<b>4,39</b>	<b>12,75</b>	<b>45,21</b>	<b>272,24</b>
Второй завтрак	Снежок/батон	180/40	12,0	6,92	35,86	261,4
	Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	70,5
<b>Итого за второй завтрак</b>			<b>12,6</b>	<b>7,52</b>	<b>50,56</b>	<b>331,9</b>
Обед	Огурец свежий	60	0,48	0,06	1,5	8,4
	Свекольник	200	3,02	9,0	20,0	180,0
	Пюре картофельное	140	3,41	3,8	22,51	138,3
	Сердце тушеное в соусе	70	1,56	3,0	2,0	70,0
	Компот из смеси сухофруктов	180			6,1	24,39
	Хлеб	30	1,99	0,26	12,72	61,19
<b>Итого за обед</b>			<b>10,46</b>	<b>16,12</b>	<b>52,11</b>	<b>482,28</b>
Уплотненный полдник	Макароны отварные	140	1,5	2,38	20,38	150,19
	Биточки рыбные	70	0,3	1,6	40,0	140,0
	Напиток витаминный Витошка	200				
	Хлеб	20	1,32	0,18	8,48	40,79
<b>Итого за уплотненный полдник</b>			<b>3,12</b>	<b>4,16</b>	<b>68,86</b>	<b>330,98</b>
<b>Итого за день</b>			<b>30,57</b>	<b>40,55</b>	<b>216,74</b>	<b>1417,4</b>