

**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
Итого за завтрак			4,39	12,75	45,21	272,24
Второй завтрак	Снежок/батон	180/40	12,0	6,92	35,86	261,4
	Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	70,5
Итого за второй завтрак			12,6	7,52	50,56	331,9
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
Итого за обед			10,46	16,12	52,11	482,28
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
Итого за уплотненный полдник			3,12	4,16	68,86	330,98
Итого за день			30,57	40,55	216,74	1417,4