

Утверждаю
Заведующий
РЖД детский сад №11

Н.А.Зиневич

«04» сентября 2025г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (г)		Энергетическая ценность (Ккал)	
		1-3	3-7	1-3	3-7
Неделя 2 День 4					
Завтрак	Каша «Дружба» молочная жидкая	150	200	131	194
	Молоко кипяченое	180	200	96	107
	Батон	30	40	79	105
	Итого за завтрак	360	440	306	406
Второй завтрак	Сок фруктовый	100	100	54	54
	Фрукты свежие Яблоко	100	100	44	44
	Итого за 2-й завтрак	200	200	98	98
Обед	Салат из свежей капусты	40	60	24	41
	Суп с макаронными изделиями и картофелем	180	200	153	161
	Печень, тушенная в соусе сметанном	60	80	132	176
	Каша гречневая рассыпчатая	100	120	137	194
	Компот из смеси сухофруктов	180	200	36	47
	Хлеб ржано-пшеничный	20	30	39	58
	Итого за обед	580	690	521	677
Уплотненный полдник	Овощи свежие (огурец порциями)	40	60	4	6
	Рыба, тушенная в сметанном соусе	60	80	81	108
	Пюре картофельное	120	150	112	133
	Хлеб ржано-пшеничный	20	20	39	39
	Чай с сахаром	180	200	34	38
	Сушки	20	40	68	135
	Итого за уплотненный полдник	440	550	338	459
	Итого за день	1580	1880	1263	1640