



Утверждаю
 Заведующий
 РЖД детский сад №11
 _____ Н.А.Зиневиц
 «10» Сентября 2025г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (г)		Энергетическая ценность (Ккал)	
		1-3	3-7	1-3	3-7
Неделя 1					
День 3					
Завтрак	Суп молочный с крупой гречневой	150	200	105	140
	Чай с молоком	180	200	59	68
	Батон	30	30	79	79
	Масло сливочное (порция)	5	5	33	33
	Сыр полутвердый (порция)	10	15	34	51
	Итого за завтрак	375	450	310	371
Второй завтрак	Сок фруктовый	100	100	54	54
	Фрукты свежие Апельсин	100	100	38	38
	Итого за 2-й завтрак	200	200	92	92
Обед	Салат из свежих огурцов	40	60	24	41
	Суп картофельный	180	200	149	165
	Котлеты «Пермские»	60	80	221	262
	Пюре картофельное	120	150	112	133
	Кисель из джема	150	200	79	113
	Хлеб ржано-пшеничный	20	30	39	58
	Итого за обед	570	720	624	772
Уплотненный полдник	Котлеты рубленые из курицы	60	80	140	176
	Овощи в молочном соусе	170	200	156	180
	Хлеб ржано-пшеничный	20	20	39	39
	Молоко кипяченое	180	200	96	107
	Пряники	20	40	73	146
	Итого за уплотненный полдник	450	504	540	648
Итого за день		1595	1530	1910	1883

