



Утверждаю Заведующий

РЖД детский сад №11

Н.А.Зиневич

«03» декабря 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 Банан	100	100	83	83
	Итого за 2-й завтрак	200	200	137	137
Обед	Салат из моркови	40	60	49	60
	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
	Булочка домашняя	60	218	70	231
	Итого за уплотненный полдник	490	649	570	733
	Итого за день	1635	1745	1940	2032

