

Утверждаю
Заведующий
РЖД детский сад №11

Н.А.Зиневич

« 11 » декабря 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 Банан	100	100	83	83
	Итого за 2-й завтрак	200	200	137	137
Обед	Салат из свежей моркови	40	60	49	60
	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	546	696
Уплотненный полдник	Овощи консервированные (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
	Печенье	20	40	83	166
Итого за уплотненный полдник	440	550	353	490	
	Итого за день	1580	1880	1342	1729