



Утверждаю

Заведующий

РЖД детский сад №11

Н.А.Зиневич

«28» апреля 2026г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (г)		Энергетическая ценность (Ккал)	
		1-3	3-7	1-3	3-7
Неделя 2 День 2					
Завтрак	Каша рисовая молочная жидкая	150	200	144	191
	Молоко кипяченое	180	200	96	107
	Батон	30	30	79	79
	Итого за завтрак	360	430	319	377
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 свеклы отварной	40	60	39	51
	Суп картофельный с рыбой	180	200	106	117
	Котлеты рыбные	60	80	100	122
	Макаронные изделия отварные	110	150	144	177
	Компот из свежих плодов и ягод (яблоко)	150	180	31	40
	Хлеб ржано-пшеничный	20	30	39	58
	Итого за обед	560	700	420	565
Уплотненный полдник	Салат из капусты свежей	40	60	42	63
	Рагу из овощей и мяса	150	200	267	327
	Хлеб ржано-пшеничный	20	20	39	39
	Кофейный напиток с молоком	180	108	200	98
	Булочка домашняя	60	218	70	231
	Итого за уплотненный полдник	450	674	550	758
	Итого за день	1570	1505	1880	1792

