



Утверждаю Заведующий

РЖД детский сад №11

Н.А.Зиневич

«06» мая 2026г

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 соленых огурцов с луком	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	Яйцо вареное	1шт	57	1шт	57
	Рагу из овощей (1-й вариант)	170	142	200	166
	Хлеб ржано-пшеничный	20	20	39	39
	Молоко кипяченое	180	200	96	107
	Булочка домашняя	60	218	70	231
	Итого за уплотненный полдник	430	552	490	600
	Итого за день	1575	1647	1860	1898

