



Утверждаю Заведующий

РЖД детский сад №11

Н.А.Зиневич

«03» июня 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 Яблоко	100	100	44	44
	Итого за 2-й завтрак	200	200	98	98
Обед	Салат из свежих огурцов	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
	Пряники	60	83	70	166
	Итого за уплотненный полдник	430	552	490	600
	Итого за день	1535	1647	1830	1795

