



Утверждаю
Заведующий
РЖД детский сад №11

Н.А.Зиневич
«17» августа 2026г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (г)		Энергетическая ценность (Ккал)	
		1-3	3-7	1-3	3-7
Неделя 2 День 1					
Завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая	150	200	174	206
	Кофейный напиток с молоком	180	200	108	98
	Батон	20	30	53	79
	Масло сливочное (порциями)	5	5	33	33
	Итого за завтрак	355	435	368	416
Второй завтрак	Сок фруктовый	100	100	54	54
	Фрукты свежие Яблоко	100	100	42	42
	Итого за 2-й завтрак	200	200	96	96
Обед	Салат из свежих помидоров	40	60	38	57
	Суп картофельный с крупой	180	200	147	151
	Шницель рубленый	60	80	190	239
	Капуста, тушенная с морковью в молоке	120	150	85	107
	Компот из смеси сухофруктов	180	200	36	47
	Батон	40	40	105	105
	Хлеб ржано-пшеничный	20	30	39	58
	Итого за обед	640	760	640	764
Уплотненный полдник	Салат из картофеля с зеленым горошком	40	60	33	49
	Омлет натуральный	150	200	178	232
	Хлеб ржано-пшеничный	20	20	39	39
	Кисломолочный напиток (Кефир)	180	200	102	113
	Печенье	20	40	83	166
	Итого за уплотненный полдник	410	520	435	599
	Итого за день	1605	1915	1539	1875

