

**Частное дошкольное образовательное учреждение  
«РЖД детский сад № 13»**

**Ежедневное меню на 01.08.2025 года**

Возрастная категория: 1-7 лет  
Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5-12 часов

	Наименование блюда	Вес блюда	Химический состав			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
<b>Завтрак</b>	Пудинг из творога	120/150	21,23/2,3	14,11/3,0	22,61/15,0	309,81/250,0
	Соус молочный сладкий	30/30	0,59/0,59	1,62/1,62	3,98/3,98	32,72/32,72
	Кофейный напиток с молоком	150/200	2,98/5,36	3,03/5,59	10,48/17,51	81,81/143,17
	Бутерброд с маслом и сыром	18,8/5,6/5,6/25/ 7,5/8	2,7/3,72	6,77/9,21	9,7/12,91	110,92/149,85
<b>Итого за завтрак</b>			<b>27,5/11,97</b>	<b>25,53/19,42</b>	<b>46,77/49,4</b>	<b>533,26/575,74</b>
<b>Второй завтрак</b>	Ряженка/батон/яблоко(я)	150/20/100	6,12	5,64	26,05	185,25
	Сок/батон (сад)	200/40	4,0	1,36	40,76	190,8
<b>Итого за второй завтрак</b>			<b>6,12/4,0</b>	<b>5,64/1,36</b>	<b>26,05/40,76</b>	<b>185,25/190,8</b>
<b>Обед</b>	Суп картофельный	150/200	4,07/5,43	4,39/5,86	10,81/14,39	99,2/132,24
	Икра свекольная	120/140	2,69/3,12	5,96/6,96	14,71/18,25	124,4/149,44
	Котлета из птицы	50/70	8,13/7,1	10,48/7,3	8,4/2,73	160,27/106,19
	Компот из смеси сухофруктов	150/180			5,03/6,1	20,13/24,39
	Хлеб	20/30	1,32/1,99	0,18/0,26	8,48/12,72	40,79/61,19
<b>Итого за обед</b>			<b>16,21/17,64</b>	<b>21,01/20,38</b>	<b>47,43/54,19</b>	<b>444,79/473,45</b>
<b>Уплотненный полдник</b>	Салат из свежих помидоров и огурцов	50/70	0,54/0,75	3,08/4,3	1,73/2,4	36,86/51,6
	Омлет натуральный	120/150	11,14/12,7	13,24/15,43	2,36/2,89	173,44/201,6
	Чай с сахаром (ясли)	150	0,14		5,12	21,04
	Кисель из варенья(сад)	200	0,09		21,98	88,26
	Печенье	20/30	1,5/2,25	1,96/2,94	14,88/22,32	83,4/125,1
	Хлеб	20/20	1,32/1,32	0,18/0,18	8,48/8,48	40,79/40,79
<b>Итого за уплотненный полдник</b>			<b>14,64/17,11</b>	<b>18,46/22,85</b>	<b>32,57/58,07</b>	<b>355,53/507,35</b>
<b>Итого за день</b>			<b>64,47/50,72</b>	<b>70,64/64,01</b>	<b>152,82/202,42</b>	<b>1515,83/1747,34</b>