



«Согласен и подтверждаю»  
Директор РЖД лицей №13  
Н.Л. Банных

Ежедневное меню основного питания частного общеобразовательного учреждения  
«РЖД лицей №13»

на 20 декабря 2023 года

Возрастная категория: 7-11 лет

Длительность пребывания детей в образовательной организации: 24 часа

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
Завтрак	Пудинг из творога	180	245
	Молоко сгущенное	20	53,6
	Чай-заварка	180	5,04
	Багон нарезной	50	101
	Груша	70	32,9
<b>Итого за завтрак</b>		<b>500</b>	<b>437,54</b>
Второй завтрак	Сок	200	160
<b>Итого за второй завтрак</b>		<b>200</b>	<b>160</b>
Обед	Рассольник	200	208,88
	Каша гречневая	150	179,04
	Котлета из говядины с овощами	90	86,32
	Хлеб пшеничный	30	82,5
	Хлеб ржаной	50	87
	Компот из сухофруктов	180	71,14
<b>Итого за обед</b>		<b>700</b>	<b>714,88</b>

Полдник	Сок	200	78
	Мандарин	100	152
<b>Итогозаполдник</b>		<b>300</b>	<b>230</b>
Ужин	Жаркое по-домашнему из мясных консервов	160	233,23
	Помидор консервированный	80	16
	Чай с лимоном	180	44,8
	Хлеб ржаной	80	139,2
<b>Итого за ужин</b>		<b>500</b>	<b>433,23</b>
Ужин 2	Биоюгурт	180	138,6
	Хлеб ржаной	20	34,8
<b>Итогозаужин 2</b>		<b>200</b>	<b>173,4</b>
<b>Итогозадень:</b>		<b>2400</b>	<b>2149,05</b>

Составил ответственный за организацию питания Каюкова Л.Г., ст.мед.сестра



«Утверждаю»

Директор РЖД лицей №13

«РЖД Лицей Братский №13»

Ежедневное меню основного питания частного общеобразовательного учреждения  
«РЖД лицей №13»

на 20 декабря 2023 года

Возрастная категория: 12 лет и старше

Длительность пребывания детей в образовательной организации: 24 часа

Приемпищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
Завтрак	Пудинг из творога	200	272,22
	Молоко сгущенное	20	53,6
	Чай-заварка	180	5,04
	Батон нарезной	80	161,6
	Груша	70	32,9
<b>Итого за завтрак</b>		<b>550</b>	<b>525,36</b>
Второй завтрак	Сок	200	180
<b>Итого за второй завтрак</b>		<b>200</b>	<b>180</b>
Обед	Рассольник	250	261,1
	Каша гречневая	180	214,85
	Котлета из говядины с овощами	100	95,91
	Хлеб пшеничный	40	102
	Хлеб ржаной	50	67
	Компот из сухофруктов	180	71,14
<b>Итого за обед</b>		<b>800</b>	<b>812</b>

Полдник	Сок	200	102
	Мандарин	150	172
<b>Итогозаполдник</b>		<b>350</b>	<b>274</b>
Ужин	Жаркое по-домашнему из мясных консервов	190	210,46
	Помидор консервированный	100	20
	Чай с лимоном	180	44,8
	Хлеб ржаной	130	174,2
<b>Итого за ужин</b>		<b>600</b>	<b>449,46</b>
Ужин 2	Биойогурт	180	138,6
	Хлеб ржаной	20	26,8
<b>Итогозаужин 2</b>		<b>200</b>	<b>165,4</b>
<b>Итогозадень:</b>		<b>2700</b>	<b>2406,22</b>

Составил ответственный за организацию питания Каюкова Л.Г., ст.мед.сестра