



«Утверждаю»
Директор РЖД лицей №13
Н.М. Банных

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

на 22 декабря 2023 года

Возрастная категория: 7-11 лет

Длительность пребывания детей в образовательной организации: 24 часа

Приемпищи	Наименованиеблюда	Весблюда	Энергетическаяценность
Завтрак	Омлет со сметаной	200	261,28
	Маслосливочное	10	72,8
	Икра кабачковая	50	54,5
	Батон нарезной	40	80,8
	Чай с сахаром	200	32,24
Итогозавтрак		500	501,62
Второйзавтрак	Сок	200	134
Итогозавторойзавтрак		200	134
Обед	Суп картофельный с вермишелью и фрикадельками	200	235,16
	Плов из отварной птицы	200	220,68
	Компот из яблок с лимоном	180	68,13
	Хлебпшеничный	40	110
	Хлеб ржаной	80	139,2
Итогозаобед		700	773,17

Полдник	Апельсин	245	130
Итогозаполдник		300	197
Ужин	Запеканка из творога	200	269,22
	Сметана	30	42,6
	Компот из плодов консервированных	200	43,94
	Хлеб ржаной	70	121,8
Итого за ужин		500	477,56
Ужин 2	Молоко	180	72
	Пряник	20	71,2
Итогозаужин 2		200	143,2
Итогозадень:		2400	2226,55

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



«Утверждаю»
Директор РЖД лицей №13
Н.Д. Банников

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

на 22 декабря 2023 года

Возрастная категория: 12 лет и старше

Длительность пребывания детей в образовательной организации: 24 часа

Приемпищи	Наименованиеблюда	Весблюда	Энергетическаяценность
Завтрак	Омлет со сметаной	230	300,47
	Маслосливочное	10	72,8
	Икра кабачковая	50	54,5
	Батон нарезной	60	121,2
	Чай с сахаром	200	72,8
Итогозавтрак		550	581,21
Второйзавтрак	Йогурт	200	154
Итогозавторойзавтрак		200	154
Обед	Суп картофельный с вермишелью и фрикадельками	250	293,95
	Плов из отварной птицы	210	210,71
	Компот из яблок с лимоном	180	68,13
	Хлебпшеничный	60	153
	Хлеб ржаной	100	134
Итогозаобед		800	859,79

Полдник	Сок	200	150
	Яблоко	150	85,5
Итогозаполдник		350	235,5
Ужин	Запеканка из творога	250	336,53
	Сметана	50	71
	Компот из плодов консервированных	200	43,94
	Хлеб ржаной	100	134
Итого за ужин		600	585,47
Ужин 2	Молоко	180	90
	Пряник	20	71,2
Итогозаужин 2		200	161,2
Итогозадень:		2700	2577,17

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