



«Утверждаю»

Директор РЖД лицей №13

Н.Л. Банных

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

на 13 февраля 2024 года

Возрастная категория: 7-11 лет

Длительность пребывания детей в образовательной организации: 24 часа

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
Завтрак	Омлет натуральный	170	173,52
	Масло сливочное	10	72,8
	Яблоко	60	28,2
	Батон нарезной	80	161,6
	Чай с лимоном	180	44,8
<b>Итого за завтрак</b>		<b>500</b>	<b>480,92</b>
Второй завтрак	Банан	200	152
<b>Итого за второй завтрак</b>		<b>200</b>	<b>152</b>
Обед	Щи из свежей капусты	200	217,04
	Картофельное пюре	160	164,27
	Кнели рыбные	90	177,16
	Хлеб ржаной	50	87
	Компот из вишни и яблока	200	131,44
<b>Итого за обед</b>		<b>700</b>	<b>776,91</b>

Полдник	Снежок	200	100
	Булочка молочная	100	360
<b>Итого за полдник</b>		<b>300</b>	<b>460</b>
Ужин	Плов из отварной говядины	180	246,02
	Салат кукуруза с яйцом	60	65,71
	Компот из плодов консервированных	180	37,57
	Хлеб ржаной	80	139,2
<b>Итого за ужин</b>		<b>500</b>	<b>488,5</b>
Ужин 2	Молоко	180	72
	Хлеб ржаной	20	34,8
<b>Итого за ужин 2</b>		<b>200</b>	<b>106,8</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>2400</b>	<b>2465,13</b>

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