



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

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

на 17 апреля 2024 года

Возрастная категория: 7-11 лет

Длительность пребывания детей в образовательной организации: 24 часа

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Энергетическая ценность |
|-------------------------|--------------------------|-----------|-------------------------|
| Завтрак | Запеканка из творога | 200 | 255,76 |
| | Чай без сахара | 180 | 6,88 |
| | Батон нарезной | 60 | 121,2 |
| | Груша | 70 | 32,9 |
| | | | |
| Итого за завтрак | | 500 | 416,74 |
| Второй завтрак | Молоко | 200 | 72 |
| | Батон нарезной | | 40,4 |
| | | | |
| Итого за второй завтрак | | 200 | 112,4 |
| Обед | Суп с рыбными консервами | 230 | 195,89 |
| | Каша гречневая | 150 | 179,04 |
| | Птица отварная | 90 | 344,57 |
| | Компот из клюквы | 180 | 66,44 |
| | Хлеб ржаной | 50 | 87 |
| | | | |
| Итого за обед | | 700 | 872,94 |

| | | | |
|-------------------------|---------------------------|-------------|---------------|
| Полдник | Сок | 200 | 160 |
| | Яблоко | 100 | 67 |
| | | | |
| Итого за полдник | | 300 | 227 |
| Ужин | Картофельное пюре | 150 | 139 |
| | Печень по-строгановски | 90 | 167,37 |
| | Компот из яблок с лимоном | 180 | 71,05 |
| | Хлеб ржаной | 80 | 139,2 |
| Итого за ужин | | 500 | 516,62 |
| Ужин 2 | Биойогурт | 180 | 138,6 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 34,8 |
| Итого за ужин 2 | | 200 | 173,4 |
| Итого за день: | | 2400 | 2319,1 |

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



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

на 17 апреля 2024 года

Возрастная категория: 12 лет и старше

Длительность пребывания детей в образовательной организации: 24 часа

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Энергетическая ценность |
|--------------------------------|--------------------------|------------|-------------------------|
| Завтрак | Запеканка из творога | 250 | 336,53 |
| | Чай без сахара | 200 | 7,64 |
| | Батон нарезной | 100 | 202 |
| | | | |
| | | | |
| Итого за завтрак | | 550 | 546,17 |
| Второй завтрак | Молоко | 180 | 90 |
| | Батон нарезной | 20 | 40,4 |
| | | | |
| Итого за второй завтрак | | 200 | 130,4 |
| Обед | Суп с рыбными консервами | 250 | 212,92 |
| | Каша гречневая | 180 | 214,85 |
| | Птица отварная | 100 | 382,85 |
| | Компот из клюквы | 180 | 66,44 |
| | Хлеб ржаной | 90 | 120,6 |
| | | | |
| Итого за обед | | 800 | 997,66 |

| | | | |
|-------------------------|---------------------------|-------------|----------------|
| Полдник | Сок | 200 | 180 |
| | Яблоко | 150 | 85,5 |
| | | | |
| Итого за полдник | | 350 | 265,5 |
| Ужин | Картофельное пюре | 200 | 185,34 |
| | Печень по-строгановски | 110 | 204,57 |
| | Компот из яблок с лимоном | 200 | 78,94 |
| | Хлеб ржаной | 90 | 120,6 |
| Итого за ужин | | 600 | 589,45 |
| Ужин 2 | Биойогурт | 180 | 138,6 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 26,8 |
| Итого за ужин 2 | | 200 | 165,4 |
| Итого за день: | | 2700 | 2694,58 |

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