



«Утверждаю»

Директор РЖД лицей №13

Н.Л. Банных

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

на 06 февраля 2025 года

Возрастная категория: 7-11 лет

Длительность пребывания детей в образовательной организации: 24 часа

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
Завтрак	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	56,03
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	150	253,03
	СОУС ИЗ КУРАГИ	20	32,85
	ЯБЛОКО	100	37,83
	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	72,56
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	29,96
Итого за завтрак		500	482,26
Второй завтрак	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	120
Итого за второй завтрак		200	120
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	47,85
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200	171,85
	КУРЫ ЗАПЕЧЕННЫЕ	90	144,06
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	177,24
	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ СУХИХ (ЧЕРНОСЛИВ)	200	94,97
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	89,88

	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	67,51
<b>Итого за обед</b>		<b>800</b>	<b>793,36</b>
Полдник	ЧАЙ С САХАРОМ	200	17,45
	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	100	322,83
<b>Итого за полдник</b>		<b>300</b>	<b>340,28</b>
Ужин	САЛАТ "МОЗАИКА"	60	42,15
	ТЕФТЕЛИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	90	114,51
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	208,45
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	66,67
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	29,96
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	33,76
<b>Итого за ужин</b>		<b>520</b>	<b>495,5</b>
Ужин 2	КЕФИР	200	106,0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	29,96
<b>Итого за ужин 2</b>		<b>220</b>	<b>135,96</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>2540</b>	<b>2367,36</b>



«Утверждаю»

Директор РЖД лицей №13

Н.Л. Банных

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

на 06 февраля 2025 года

Возрастная категория: 12 лет и старше

Длительность пребывания детей в образовательной организации: 24 часа

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
Завтрак	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	56,03
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	200	278,07
	СОУС ИЗ КУРАГИ	30	49,28
	ЯБЛОКО	100	37,83
	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	72,56
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	29,96
<b>Итого за завтрак</b>		<b>560</b>	<b>523,73</b>
Второй завтрак	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ	180	101,7
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	29,96
<b>Итого за второй завтрак</b>		<b>200</b>	<b>131,66</b>
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	100	71,89
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250	196,66
	КУРЫ ЗАПЕЧЕННЫЕ	120	200,89
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	212,69
	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ СУХИХ (ЧЕРНОСЛИВ)	200	94,97
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	89,88
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	67,51
<b>Итого за обед</b>		<b>950</b>	<b>934,49</b>

Полдник	ЧАЙ С САХАРОМ	200	17,45
	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	100	322,83
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	60,04
<b>Итого за полдник</b>		<b>340</b>	<b>400,32</b>
Ужин	САЛАТ "МОЗАИКА"	100	66,36
	ТЕФТЕЛИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	100	118,62
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	180	221,86
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	66,67
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	29,96
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	67,52
<b>Итого за ужин</b>		<b>620</b>	<b>570,99</b>
Ужин 2	КЕФИР	200	106,0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	29,96
<b>Итого за ужин 2</b>		<b>220</b>	<b>135,96</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>2890</b>	<b>2697,15</b>