



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

на 16 мая 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	КАКАО С МОЛОКОМ	180	81,55
	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА, ЗАПЕЧЕННОГО С ИЗЮМОМ	200	225,89
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	106,65
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	29,96
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	33,76
	БАНАН	100	68,80
Итого за завтрак		550	546,61
Второй завтрак	СОК ЯБЛОКО-ГРУША	200	113,12
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	33,76
Итого за второй завтрак		220	146,88
Обед	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ)	100	13,61
	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	250	178,63
	ШНИЦЕЛЬ	100	311,12
	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	180	203,62
	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ СВЕЖИХ (ГРУШИ)	200	32,12
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	89,88
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	101,27

<b>Итого за обед</b>		<b>950</b>	<b>930,25</b>
Полдник	БАФЛИ	50	237,3
	КИСЕЛЬ ИЗ БРУСНИКИ	200	82,11
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	59,92
	МАНДАРИН	100	39,00
<b>Итого за полдник</b>		<b>390</b>	<b>418,33</b>
Ужин	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	100	6,54
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	280	364,87
	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ СУХИХ (КУРАГА)	200	75,97
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	29,66
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	33,76
<b>Итого за ужин</b>		<b>640</b>	<b>564,94</b>
Ужин 2	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	120,0
		20	29,96
<b>Итого за ужин 2</b>		<b>220</b>	<b>149,96</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>2970</b>	<b>2756,97</b>



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

**на 16 мая 2025 года**

**Возрастная категория: 7-11 лет**

**Длительность пребывания детей в образовательной организации: 24 часа**

<b>Прием пищи</b>	<b>Наименование блюда</b>	<b>Вес блюда</b>	<b>Энергетическая ценность</b>
Завтрак	КАКАО С МОЛОКОМ	180	81,55
	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА, ЗАПЕЧЕННОГО С ИЗЮМОМ	150	170,90
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	106,65
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	29,96
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	33,76
	БАНАН	100	68,80
<b>Итого за завтрак</b>		<b>500</b>	<b>491,62</b>
Второй завтрак	СОК ЯБЛОКО-ГРУША	200	113,12
<b>Итого за второй завтрак</b>		<b>200</b>	<b>113,12</b>
Обед	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ)	60	8,15
	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	154,88
	ШНИЦЕЛЬ	90	280,29
	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	150	169,68
	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ СВЕЖИХ (ГРУШИ)	200	32,12
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	89,88
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	67,51
<b>Итого за обед</b>		<b>800</b>	<b>802,51</b>

Полдник	ВАФЛИ	40	189,84
	КИСЕЛЬ ИЗ БРУСНИКИ	200	82,11
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	29,96
	МАНДАРИН	100	39,00
<b>Итого за полдник</b>		<b>360</b>	<b>340,91</b>
Ужин	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	6,54
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	240	364,87
	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ СУХИХ (КУРАГА)	200	75,97
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	33,76
<b>Итого за ужин</b>		<b>520</b>	<b>481,14</b>
Ужин 2	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	120,0
<b>Итого за ужин 2</b>		<b>200</b>	<b>120,0</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>2580</b>	<b>2349,3</b>