ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 038E4D6200F0B462A74EDDF4BBD9046C11
Владелец: НИКИФОРОВА МАРИЯ ПЕТРОВНА
Действителен: с 27.10.2026 до 27.01.2028

«Утверждаю»
Директор РЖД лицея №13
М.П. Никифорова_____

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

на 13 ноября 2026 года

Возрастная категория: 7-11 лет

Длительность пребывания детей в образовательной организации: 24 часа

Прием пищи	**Наименование блюда**	**Вес блюда**	**Энергетическая ценность**
Завтрак	КАКАО С МОЛОКОМ	180	81,55
	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	185,60
	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	72,56
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	59,92
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	33,76
	АПЕЛЬСИН	100	43,00
Итого за завтрак		**500**	**476,39**
Второй завтрак	СОК ЯБЛОКО-ГРУША	200	113,12
Итого за второй завтрак		**200**	**113,12**
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕРНОСЛИВОМ	60	62,19
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФАСОЛЬЮ	200	182,89
	ТЕФТЕЛИ С РИСОМ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	90	203,55
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	199,76
	КОМПОТ ИЗ КЛЮКВЫ	200	28,31
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	89,88
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	67,51
Итого за обед		**800**	**834,09**
Полдник	ТВОРОЖНЫЙ ДЕСЕРТ	150	257,61

	СОК ЯБЛОКО-ПЕРСИК	180	79,62
Итого за полдник		**330**	**337,23**
Ужин	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕНЫЕ (ПОМИДОРЫ СОЛЕНЫЕ)	60	8,15
	ПЛОВ КУРИНЫЙ	240	346,22
	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ СВЕЖИХ (ЛИМОН)	200	44,31
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	59,92
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	33,76
Итого за ужин		**560**	**492,36**
Ужин 2	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	120
Итого за ужин 2		**200**	**120**
Итого за день:		**2590**	**2373,19**

«Утверждаю»
Директор РЖД лицея №13
М.П. Никифорова_____

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

на 13 ноября 2026 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
	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	205,20
	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	72,56
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	59,92
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	67,52
	АПЕЛЬСИН	100	43,00
Итого за завтрак		**570**	**529,75**
Второй завтрак	СОК ЯБЛОКО-ГРУША	200	113,12
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	59,92
Итого за второй завтрак		**240**	**143,08**
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕРНОСЛИВОМ	100	103,86
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФАСОЛЬЮ	250	206,72
	ТЕФТЕЛИ С РИСОМ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100	234,96
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	226,82
	КОМПОТ ИЗ КЛЮКВЫ	200	28,31
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	89,88
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	67,51
Итого за обед		**930**	**958,06**
Полдник	ТВОРОЖНЫЙ ДЕСЕРТ	150	257,61

	СОК ЯБЛОКО-ПЕРСИК	180	79,62
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	29,96
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	35,31
Итого за полдник		**330**	**402,5**
Ужин	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕНЫЕ (ПОМИДОРЫ СОЛЕНЫЕ)	100	13,61
	ПЛОВ КУРИНЫЙ	280	374,25
	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ СВЕЖИХ (ЛИМОН)	200	44,31
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	59,92
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	67,52
Итого за ужин		**660**	**559,61**
Ужин 2	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	120
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	29,96
Итого за ужин 2		**220**	**149,96**
Итого за день:		**2960**	**2742,96**