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 18 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	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	66,67
	КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ	150	202,60
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	40	62,16
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	29,96
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	33,76
	ЯБЛОКО	100	37,83
Итого за завтрак		**510**	**432,98**
Второй завтрак	СОК ЯБЛОКО-ПЕРСИК	200	88,38
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	29,96
Итого за второй завтрак		**220**	**118,34**
Обед	САЛАТ "ОСЕННИЙ"	60	67,83
	РАССОЛЬНИК "ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	154,53
	ПТИЦА ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	240	410,11
	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ СВЕЖИХ (ЛИМОН)	200	44,31
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	89,88
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	67,51
Итого за обед		**800**	**834,17**
Полдник	БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ	50	182,75

	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	120,00
	АПЕЛЬСИН	100	43,00
Итого за полдник		**350**	**345,75**
Ужин	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1 ВАРИАНТ)	60	34,88
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕНЫЕ (ВАРИАНТ №2)	90	179,53
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	199,76
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	17,45
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	29,96
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	33,76
Итого за ужин		**540**	**495,34**
Ужин 2	СНЕЖОК	200	155,24
Итого за ужин 2		**200**	**155,24**
Итого за день:		**2620**	**2381,82**

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

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

на 18 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	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	66,67
	КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ	200	233,44
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	40	62,16
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	59,92
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	67,52
	ЯБЛОКО	100	37,83
Итого за завтрак		**600**	**527,54**
Второй завтрак	СОК ЯБЛОКО-ПЕРСИК	200	88,38
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	50,64
Итого за второй завтрак		**230**	**139,02**
Обед	САЛАТ "ОСЕННИЙ"	100	67,83
	РАССОЛЬНИК "ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	154,53
	ПТИЦА ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	280	410,11
	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ СВЕЖИХ (ЛИМОН)	200	44,31
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	89,88
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	67,51
Итого за обед		**930**	**951,41**
Полдник	БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ	70	255,85

	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	120,00
	АПЕЛЬСИН	100	43,00
Итого за полдник		**370**	**418,85**
Ужин	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1 ВАРИАНТ)	100	44,43
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕНЫЕ (ВАРИАНТ №2)	100	184,90
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	226,82
	ЧАЙ С САХАРОМ	20	29,96
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	67,51
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	200	17,45
Итого за ужин		**640**	**571,07**
Ужин 2	СНЕЖОК	200	155,24
Итого за ужин 2		**200**	**155,24**
Итого за день:		**2970**	**2763,13**