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 20 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
	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
Итого за завтрак		**500**	**491,62**
Второй завтрак	СОК ЯБЛОКО-ГРУША	200	113,12
Итого за второй завтрак		**200**	**113,12**
Обед	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕНЫЕ (ПОМИДОРЫ СОЛЕНЫЕ)	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
Итого за обед		**800**	**802,51**

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

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

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

на 20 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
	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 СОЛЕНЫЕ (ПОМИДОРЫ СОЛЕНЫЕ)	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

Итого за обед		**950**	**930,25**
Полдник	ВАФЛИ	50	237,3
	КИСЕЛЬ ИЗ БРУСНИКИ	200	82,11
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	59,92
	МАНДАРИН	100	39,00
Итого за полдник		**390**	**418,33**
Ужин	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	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
Итого за ужин		**640**	**564,94**
Ужин 2	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	120,0
		20	29,96
Итого за ужин 2		**220**	**149,96**
Итого за день:		**2970**	**2756,97**