

Утверждаю

Директор РЖД лицея № 5

_____ А.А Крамер

МЕНЮ

НА 01 октября 2026

Наименование блюда	Выход 1 – 4/5 - 11	Ккал 1 – 4/5 - 11	Время Приема пищи
Завтрак			
Запеканка из творога со сгущенным молоком	200/50/200/50	723,55/730,80	07.00
Масло сливочное	10/10	74,80/74,80	
Чай с сахаром и молоком	200/10/200/10	70,54/75,94	
Хлеб пшеничный	50/60	106,57/127,88	
Итого за прием пищи:		975,46/1014,82	
Обед			
Салат из белокочанной капусты	100/100	69,89/70,16	12.00
Суп картофельный с бобовыми	200/200	176,63/181,17	
Шницель натуральный рубленный	90/100	309,83/322,13	
Картофельное пюре	180/200	168,19/186,86	
Компот из свежих плодов	200/200	109,77/110,04	
Хлеб пшеничный	50/60	106,57/127,88	
Хлеб ржаной	80/120	146,85/220,28	
Итого за прием пищи:		1087,95/1218,22	
Полдник			
Пряник	61/61	222,67/222,67	09.30
Груша	281/281	691,97/692,14	-16.20.
Сок	200/200	101,48/91,35	
Итого за прием пищи:		1016,12/1006,14	
Ужин			
Винегрет овощной	80/100	89,18/104,15	18.00.
Плов	200/250	351,31/414,75	
Напиток из шиповника	200//10/200/10	81,99/105,03	
Хлеб пшеничный	50/70	106,57/149,19	
Итого за прием пищи:		629,05/773,12	
Ужин 2			
Биойогурт 2,5%	270/270	145,80/145,80	20.20
Итого за прием пищи:		145,80/145,80	
Всего за день		3854,38/4158,10	

Медицинская сестра

А. Г. Самокрутова