

Директор РЖД лицея № 5

УТВЕРЖДЕНО

Директор

Для документов

МЕНЮ

МЕНЮ

НА 02 февраля 2026

Наименование блюда	Выход 1 – 4/5 - 11	Ккал 1 – 4/5 - 11	Время Приема пищи
Завтрак			
Каша манная вязкая	200/200	225,15/225,68	07.30- 08.30
Масло сливочное	10/10	74,80/74,80	
Сыр	25/35	81,00/113,58	
Кофейный напиток	200/200	83,02/83,08	
Хлеб пшеничный	60/60	127,88/127,88	
Итого за прием пищи:		591,96/624,69	
Обед			
Суп картофельный с мясными фрикадельками	200/200	181,15/181,02	13.30 - -14.30.
Голубцы ленивые	200/200	327,42/326,93	
Соус красный	50/50	38,37/38,15	
Кисель из концентрата	200/200	97,74/97,45	
Хлеб витаминизированный	28/28	64,09/64,10	
Хлеб пшеничный	30/60	63,95/127,88	
Хлеб ржаной	80/120	146,85/220,28	
Чеснок	3/3	3,80/3,78	
Итого за прием пищи:		921,49/1060,57	
Полдник			
Вафли сливочные	44/44	226,66/226,63	10.20 – 11.20
Яблоко	190/190	518,70/518,70	
Сок	200/200	101,48/91,33	
Итого за прием пищи:		846,84/846,82	
Ужин			
Салат из моркови, яблок и апельсин	100/100	92,23/92,63	18.00. - - 19.00
Тефтели	100/100	307,55/305,67	
Соус красный основной	50/50	37,27/34,30	
Макаронные изделия отварные	150/200	199,03/273,96	
Чай с сахаром и лимоном	200/10/7/200/10/7	39,74/41,99	
Хлеб пшеничный	30/70	63,95/149,19	
Итого за прием пищи:		738,91/901,03	
Ужин 2			
Снежок 2,5%	217/217	142,32/142,35	
Итого за прием пищи		142,32/142,35	
Всего за день		3241,52/3575,46	

Медицинская сестра

А.Г. Самокрутова