

Утверждаю

Директор РЖД лицея № 5

_____ А.А Крамер

МЕНЮ

НА 02 марта 2026

Наименование блюда	Выход 1 – 4/5 - 11	Ккал 1 – 4/5 - 11	Время Приема пищи
Завтрак			
Каша манная вязкая	200/200	230,88/230,88	07.30- 08.30
Масло сливочное	10/10	74,80/74,80	
Сыр	25/35	81,00/113,40	
Кофейный напиток	200/200	83,02/83,24	
Хлеб пшеничный	60/60	127,88/127,88	
Итого за прием пищи:		592,00/630,20	
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	31/31	70,33/70,58	
Хлеб пшеничный	30/60	63,95/127,88	
Хлеб ржаной	80/120	146,85/220,28	
Итого за прием пищи:		925,52/1064,74	
Полдник			
Печенье Магия	15/15	68,70/68,70	10.20 –
Яблоко	125/125	341,47/341,25	11.20
Сок	200/200	101,48/91,33	
Итого за прием пищи:		511,69/511,43	
Ужин			
Салат из свежих помидоров	100/100	98,04/97,01	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:		748,08/903,28	
Ужин 2			
Снежок 2,5%	47	30,53/30,54	20.20
Йогурт 2,5%	162/162	77,99/77,98	
Итого за прием пищи		108,52/108,52	
Всего за день		2885,81/3218,17	

Медицинская сестра

А.Г. Самокрутова