

Утверждаю

Директор РЖД лицея № 5

А.А Крамер

МЕНЮ

НА 03 марта 2026

Наименование блюда	Выход 1 – 4/5 - 11	Ккал 1 – 4/5 - 11	Время приема пищи
Завтрак			
Каша пшениная вязкая	200/200	268,06/267,97	07.00- 08.00
Масло сливочное	10/10	74,80/74,80	
Яйца вареные	1/1	49,46/49,46	
Какао с молоком	200/200	108,64/111,03	
Хлеб пшеничный	50/60	106,57/149,19	
Сок	200/200	91,33/91,35	
Итого за прием пищи:		698,66/755,22	
Обед			
Суп картофельный с макаронными изделиями	200/200	154,61/154,87	12.00 - -14.00.
Рыба, тушенная в томате с овощами	150/150	277,68/305,56	
Рис отварной	150/200	212,80/269,83	
Компот из свежих плодов	200/200	111,67/111,49	
Хлеб пшеничный	50/60	106,57/127,88	
Хлеб ржаной	80/120	146,85/220,28	
Итого за прием пищи:		1073,47/1255,43	
Полдник			
Сырок творожный 4,5%	97/97	359,26/359,25	09.20
Чай полусладкий	200/200	29,68/31,23	16.20
Итого за прием пищи:		390,34/391,46	
Ужин			
Салат из соленых огурцов с луком	100/100	46,65/44,94	18.00. - - 19.00
Гуляш	100/100	212,37/228,44	
Пюре картофельное	150/200	141,69/187,56	
Чай с сахаром и лимоном	200/15	39,73/41,70	
Хлеб пшеничный	50/70	106,57/149,19	
		543,61/649,42	
Ужин 2			
Печенье Сендвич	70/70	293,30/293,30	20.20
Йогурт 2,5%	200/200	105,36/105,36	
Итого за прием пищи		398,66/398,66	
Всего за день		3014,74/3450,19	

Медицинская сестра

А. Г. Самокрутова