

Утверждаю

Директор РЖД лицея № 5

\_\_\_\_\_ А.А Крамер

## МЕНЮ

НА 05 мая 2026

Наименование блюда	Выход 1 – 4/5 - 11	Ккал 1 – 4/5 - 11	Время приема пищи
<b>Завтрак</b>			
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	91,37/91,33	
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>700,31/754,99</b>	
<b>Обед</b>			
Суп картофельный с макаронными изделиями	200/200	154,61/154,87	12.00 - -14.00.
Рыба, тушенная в томате с овощами	150/150	320,19/348,78	
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	
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>1071,27/1248,11</b>	
<b>Полдник</b>			
Сырок творожный 4,5%	95/95	352,61/352,58	
Чай полусладкий	200/200	29,68/31,23	
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>382,68/384,66</b>	
<b>Ужин</b>			
Салат из соленых огурцов с луком	100/100	43,85/43,86	18.00. - - 19.00
Гуляш	100/100	212,37/228,44	
Пюре картофельное	150/200	141,69/187,56	
Чай с сахаром	200/15	37,07/38,29	
Хлеб пшеничный	50/70	106,57/149,19	
		<b>541,69/650,33</b>	
<b>Ужин 2</b>			
Печенье Классное	38/38	175,57/175,79	20.20
Йогурт 2,5%	200/200	100,36/100,36	
<b>Итого за прием пищи</b>		<b>275,93/276,15</b>	
<b>Всего за день</b>		<b>2971,88/3314,24</b>	

Медицинская сестра

А. Г. Самокрутова