



Утверждаю

Директор РЖД лицея № 5

А.А Крамер

МЕНЮ

НА 05 сентября 2025

| Наименование блюда                   | Выход<br>1 – 4/5 - 11 | Ккал<br>1 – 4/5 - 11   | Время<br>Приема<br>пищи |
|--------------------------------------|-----------------------|------------------------|-------------------------|
| <b>Завтрак</b>                       |                       |                        |                         |
| Омлет натуральный с зеленым горошком | 200/34/200/34         | 282,73/284,01          | 07.00-<br>08.00         |
| Масло сливочное                      | 10/10                 | 74,80/74,80            |                         |
| Какао с молоком                      | 200/200               | 126,58/129,20          |                         |
| Хлеб пшеничный                       | 50/60                 | 106,57/127,88          |                         |
| <b>Итого за прием пищи:</b>          |                       | <b>590,72/614,99</b>   |                         |
| <b>Обед</b>                          |                       |                        |                         |
| Каша гречневая рассыпчатая           | 200/200               | 324,43/337,86          |                         |
| Чай с сахаром                        | 200/200               | 38,31/40,37            |                         |
| Хлеб пшеничный                       | 50/60                 | 106,57/127,88          |                         |
| Хлеб ржаной                          | 80/120                | 146,85/220,28          |                         |
| <b>Итого за прием пищи:</b>          |                       | <b>616,16/726,39</b>   |                         |
| <b>Полдник</b>                       |                       |                        |                         |
| Слойка                               | 1/1                   | 3,08/3,08              |                         |
| Конфеты шоколадные                   | 40/40                 | 0/0                    |                         |
| Яблоко                               | 171/171               | 466,95/466,78          |                         |
| Сок                                  | 200/200               | 101,5/101,48           |                         |
| <b>Итого за прием пищи:</b>          |                       | <b>571,54/571,34</b>   |                         |
| <b>Ужин</b>                          |                       |                        |                         |
| Пирожки печеные с картошкой          | 100/100               | 394,26/393,85          | 17.00. -<br>- 17.30     |
| Чай полусладкий                      | 200/200               | 38,14/38,14            |                         |
| <b>Итого за прием пищи:</b>          |                       | <b>432,40/431,99</b>   |                         |
| <b>Всего за день</b>                 |                       | <b>2210,82/2344,71</b> |                         |

Медицинская сестра

*Саша*

А. Г. Самокрутова