РЖД ЛИЦЕЙ №5

Подписан цифровой подписью: РЖД ЛИЦЕЙ №5
DN: ИНН ЮЛ=4501109447, СНИЛС=04109618127, ОГРН=1044500014327, ИНН=450140682116, E=internat17.kramer@yandex.ru, C=RU, S=45 Курганская область, L=КУРГАН Г, STREET="КАРБЫШЕВА УЛ, Д. 56", O=РЖД ЛИЦЕЙ №5, CN=РЖД ЛИЦЕЙ №5, T=ДИРЕКТОР, G=АЛЕНА АЛЕКСАНДРОВНА, SN=КРАМЕР
Основание: Я являюсь автором этого документа
Расположение:
Дата: 2026.11.06 16:11:42+05'00'
Foxit PDF Reader Версия: 12.1.2

Утверждаю
Директор РЖД лицея № 5
_____ А.А. Крамер

МЕНЮ
на 05.11.2026 г.
1-4 классы

Прием пищи	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак/ 07.00-08.00	184	КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ	200	194,36	9,79	4,77	26,64
	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	66,20	0,05	0,72	0,08
		СЫР	25	79,20	2,30	8,44	0,00
	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	76,12	0,63	1,75	13,95
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	127,88	2,85	3,38	32,76
Обед/ 12.00-14.00	97	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200	182,83	6,78	10,37	12,94
	262	КАПУСТА ТУШЕННАЯ С МЯСОМ	160	234,46	8,82	10,24	21,39
	883	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	200	76,63	0,00	0,00	22,83
		ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	22	43,78	1,45	0,88	8,36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	63,95	1,43	1,69	16,38
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	80	186,48	2,28	3,76	43,68
Полдник/ 09.30/16.20	57	ПЕЧЕНЬЕ СНЕЖОК	25	114,50	2,60	1,30	19,95
	442	СОК	200	92,40	1,03	0,00	21,56
		ЯБЛОКО	147	69,13	0,59	0,59	14,41
Ужин 1/ 18.00-19.00	17	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ, ЯБЛОК И АПЕЛЬСИНОВ	90	45,33	0,92	0,15	9,54
	283	ТЕФТЕЛИ (1-Й ВАРИАНТ)	90	269,85	10,06	14,66	16,19
	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	140,04	2,03	1,92	22,65
	759	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ	30	35,60	0,52	0,27	3,78
	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	28,73	0,00	0,00	7,26
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	63,95	1,43	1,69	16,38
Ужин 2/20.20	966	СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ	131	69,57	3,81	3,28	5,25

5-11 классы

Прием пищи	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийн	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак/ 07.00-08.00	184	КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ	250	225,93	12,11	5,85	28,68
	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	66,20	0,05	0,72	0,08
	42	СЫР	35	130,24	3,70	16,65	0,00
	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	76,04	0,63	1,75	13,94
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	127,88	2,85	3,38	32,76
Обед/ 12.00-14.00	97	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200	178,12	6,69	10,34	11,89
	262	МЯСО, ТУШЕННОЕ С КАПУСТОЙ	200	268,27	11,06	11,17	23,91
	883	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	200	76,67	0,00	0,00	22,84
		ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	22	43,75	1,45	0,88	8,35
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	71,05	1,50	1,80	18,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	120	279,72	3,42	5,64	65,52
Полдник/ 09.30/16.20		ПЕЧЕНЬЕ СНЕЖОК	35	160,30	3,64	1,82	27,93
	б/н	СОК	200	92,40	1,03	0,00	21,56
		ЯБЛОКО	147	69,08	0,59	0,59	14,40
Ужин 1/ 18.00-19.00	17	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ, ЯБЛОК И АПЕЛЬСИНОВ	100	52,77	1,13	0,19	11,07
	283	ТЕФТЕЛИ (1-Й ВАРИАНТ)	100	281,13	10,66	15,47	16,15
	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	201,33	2,62	2,66	29,15
	759	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ	30	34,02	0,53	0,27	3,38
	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	35,92	0,00	0,00	9,08
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	149,19	3,33	3,95	38,22
Ужин 2/20.20	966	СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ	131	69,56	3,81	3,28	5,25

Медицинская сестра **А.Г. Самокрутова**