



Утверждаю

Директор РЖД лицея № 5

А.А Крамер

МЕНЮ

НА 12 сентября 2025

Наименование блюда	Выход 1 – 4/5 - 11	Ккал 1 – 4/5 - 11	Время Приема пищи
Завтрак			
Каша овсяная «Геркулес» вязкая	200/200	269,11/268,96	07.00-08.00
Масло сливочное	10/10	74,80/74,80	
Яйца вареные	1/1	49,46/49,46	
Кофейный напиток	200/15/200/15	83,08/83,02	
Хлеб пшеничный	50/70	106,57/149,19	
Сок	200/200	91,35/91,33	
Итого за прием пищи:		674,88/717,25	
Обед			
Салат из свежих помидоров	100/100	84,16/120,09	12.00 -
Солянка домашняя	200/200	133,60/142,61	-14.00.
Плов	200/250	347,40/424,54	
Компот из свежих плодов	200/200	91,87/91,77	
Хлеб пшеничный	50/60	106,57/127,88	
Хлеб ржаной	80/120	146,85/220,28	
Итого за прием пищи:		909,87/1127,38	
Полдник			
Банан	262/262	251,56/251,70	09.30
Йогурт 2,5%	200/200	100,36/100,36	-16.20.
Итого за прием пищи:		352,02/352,06	
Ужин			
Булочка домашняя	100/100	335,99/372,09	17.00. -
Тефтели	100/100	307,53/310,78	- 17.30
Рагу из овощей	200/200	175,95/176,42	
Чай с сахаром	200/15	38,14/40,37	
Хлеб пшеничный	50/70	106,57/149,19	
Итого за прием пищи:		964,03/1049,28	
Всего за день		2900,80/3245,97	

Медицинская сестра

Саша

А. Г. Самокрутова