

Утверждаю

Директор РЖД лицея № 5

А.А Крамер

МЕНЮ

НА 13 февраля 2026

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	674,19/716,96	
Итого за прием пищи:		583,56/625,83	
Обед			
Салат из свежих помидоров	100/100	85,51/121,18	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	
Чеснок	3/3	3,75/3,75	
Итого за прием пищи:		928,01/1248,96	
Полдник			
Банан	260/260	250,10/250,32	09.30
Йогурт 2,5%	200/200	100,36/100,36	-16.20.
Итого за прием пищи:		350,46/350,46	
Ужин			
Булочка домашняя	100/100	338,01/373,13	17.00. -
Тефтели	100/100	298,42/313,56	- 17.30
Рагу из овощей	200/200	175,95/176,42	
Чай с сахаром и лимоном	200/10/7/200/10/7	39,75/41,98	
Хлеб пшеничный	50/70	106,57/149,19	
Итого за прием пищи:		961,02/1054,86	
Всего за день		2913,68/3473,43	

Медицинская сестра

Саша

А. Г. Самокрутова