

Утверждаю

Директор РЖД лица № 5

\_\_\_\_\_ А.А Крамер

## МЕНЮ

НА 14 апреля 2026

Наименование блюда	Выход 1 – 4/5 - 11	Ккал 1 – 4/5 - 11	Время приема пищи
<b>Завтрак</b>			
Суп молочный с крупой	200/200	154,63/159,94	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	129,33/129,20	
Хлеб пшеничный	50/60	127,88/149,19	
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>534,48/568,49</b>	
<b>Обед</b>			
Борщ с фасолью и картофелем	200/200	166,04/170,99	12.00 - -14.00.
Рыба, запеченная с яйцом	100/100	341,91/341,27	
Картофельное пюре	150/200	140,59/186,62	
Огурец свежий	79/79	11,02/11,03	
Компот из сухофруктов	200/200	84,29/98,60	
Хлеб пшеничный	50/60	106,57/127,88	
Хлеб ржаной	80/120	146,85/220,28	
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>1004,13/1165,39</b>	
<b>Полдник</b>			
Сырок творожный 4,5%	102/102	378,06/378,07	09.30
Чай полусладкий	200/200	30,02/32,13	-16.20.
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>408,03/410,22</b>	
<b>Ужин</b>			
Салат «Степной» из разных овощей	90/100	83,52/85,17	18.00. - - 19.00
Мясо тушеное	50/50	210,11/218,72	
Макаронные отварные с овощами	150/150	209,56/218,81	
Чай с сахаром	200/15	38,14/40,37	
Хлеб пшеничный	50/70	106,57/149,19	
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>648,74/733,47</b>	
<b>Ужин 2</b>			
Банан	300/300	288,00/288	20.20
Снежок 2,5%	207/207	135,84	
Йогурт 2,5%	200/200	100,36/100,36	
<b>Итого за прием пищи</b>		<b>388,36/524,20</b>	
<b>Всего за день</b>		<b>3121,39/3266,24</b>	

Медицинская сестра

А.Г. Самокрутова