

Утверждаю

Директор РЖД лица № 5

А.А Крамер



МЕНЮ

НА 14 октября 2025

Наименование блюда	Выход 1 – 4/5 - 11	Ккал 1 – 4/5 - 11	Время приема пищи
Завтрак			
Каша пшениная вязкая	200/200	268,06/267,97	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	108,64/111,03	
Хлеб пшеничный	50/60	106,57/149,19	
Сок	200/200	91,37/91,33	
Итого за прием пищи:		699,07/743,90	
Обед			
Суп картофельный с макаронными изделиями	200/200	154,61/154,87	12.00 - -14.00.
Рыба, тушенная в томате с овощами	150/150	349,19/376,14	
Рис отварной	150/200	212,80/269,83	
Компот из свежих плодов	200/200	111,67/111,49	
Хлеб пшеничный	50/60	106,57/127,88	
Хлеб ржаной	80/120	146,85/220,28	
Итого за прием пищи:		1018,50/1196,30	
Полдник			
Сырок творожный 4,5%	91/91	337,03/337,03	
Чай полусладкий	200/200	29,68/31,23	
Итого за прием пищи:		367,99/369,22	
Ужин			
Салат из свежей капусты с зеленью	100/100	71,46/71,46	18.00. - - 19.00
Гуляш	100/100	212,37/228,44	
Пюре картофельное	150/200	141,69/187,56	
Чай с сахаром	200/15	37,07/38,29	
Хлеб пшеничный	50/70	106,57/149,19	
		565,54/674,92	
Ужин 2			
Печенье К чаю	30/30	125,10/125,10	20.20
Йогурт 2,5%	207/207	101,13/101,13	
Итого за прием пищи		226,23/226,23	
Всего за день		2877,33/3210,54	

Медицинская сестра

Саша

А. Г. Самокрутова