

Утверждаю

Директор РЖД лицея № 5

_____ А.А Крамер

МЕНЮ

НА 16 марта 2026

Наименование блюда	Выход 1 – 4/5 - 11	Ккал 1 – 4/5 - 11	Время Приема пищи
Завтрак			
Каша манная вязкая	200/200	225,03/225,63	07.30- 08.30
Масло сливочное	10/10	74,80/74,80	
Сыр	25/35	81,0/113,40	
Кофейный напиток	200/200	83,06/83,02	
Хлеб пшеничный	60/60	127,88/127,88	
Итого за прием пищи:		592,15/630,15	
Обед			
Суп картофельный с мясными фрикадельками	200/200	183,08/182,37	13.30 - -14.30.
Каша пшенная рассыпчатая	200/200	208,58/208,61	
Гуляш	100/100	222,20/221,91	
Огурец свежий	78/78	10,87/10,86	
Кисель из концентрата	200/200	97,72/97,70	
Хлеб витаминизированный	29/29	67,04/67,32	
Хлеб пшеничный	30/60	63,95/127,88	
Хлеб ржаной	80/120	146,85/220,28	
Итого за прием пищи:		1000,23/1137,49	
Полдник			
Вафли сливочные	33/33	171,08/171,16	10.30
Сок	200/200	101,50/91,35	-16.20.
Яблоко	124/124	338,69/338,57	
Итого за прием пищи:		611,25/611,23	
Ужин			
Салат картофельный с сельдью	100/100	151,07/149,84	18.00. - - 19.00
Тефтели	100/100	308,89/307,10	
Соус красный основной	50/50	38,25/35,10	
Макаронные изделия отварные	150/200	199,64/274,18	
Чай с сахаром	200/15	38,14/40,37	
Хлеб пшеничный	30/70	63,95/149,19	
Итого за прием пищи:		799,48/956,74	
Ужин 2			
Снежок 2,5%	200/200	145,83/145,83	20.20
Итого за прием пищи		145,83/145,83	
Всего за день		3148,94/3481,44	

Медицинская сестра

А.Г. Самокрутова