



Утверждаю

Директор РЖД лица № 5

А.А Крамер

НА 16 мая 2025

Наименование блюда	Выход 1 – 4/5 - 11	Ккал 1 – 4/5 - 11	Время Приема пищи
Завтрак			
Омлет натуральный с зеленым горошком	200/34/200/34	282,73/284,01	07.00- 08.00
Масло сливочное	10/10	74,80/74,80	
Какао с молоком	200/200	126,58/129,20	
Хлеб пшеничный	50/60	106,57/127,88	
Итого за прием пищи:		590,68/615,89	
Обед			
Салат из свежих помидоров	100/100	118,48/118,46	12.00 - -14.00.
Борщ с картофелем	200/250	149,33/186,66	
Гуляш	90/100	208,97/224,77	
Каша гречневая рассыпчатая	200/200	279,79/257,59	
Компот из сухофруктов	200/200	84,33/89,64	
Хлеб пшеничный	50/60	106,57/127,88	
Хлеб ржаной	80/120	146,85/220,28	
Итого за прием пищи:		1094,32/1225,28	
Полдник			
Банан	250/250	240,00/240,00	09.30 -16.20.
Йогурт 2,5%	200/200	91,35/91,34	
Биойогурт	- /228	- /123,37	
Итого за прием пищи:		330,35/453,71	
Ужин			
Пирожки печеные с творогом	100/100	472,17/472,56	17.00. - - 17.30
Тефтели	90/100	277,50/313,31	
Картофель запеченый	180/200	255,28/284,11	
Чай с сахаром	200/15	38,14/40,37	
Хлеб пшеничный	50/80	106,57/170,51	
Итого за прием пищи:		1149,63/1280,86	
Всего за день		3164,98/3575,74	

Медицинская сестра

Саша

А.Г.Самокрутова