

Утверждаю

Директор РЖД лицея № 5

_____ А.А Крамер

МЕНЮ

НА 17 марта 2026

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:		698,98/755,12	
Обед			
Суп картофельный с макаронными изделиями	200/200	154,61/154,87	12.00 - -14.00.
Рыба, тушеная в томате с овощами	150/150	329,19/366,14	
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:		1064,11/1255,43	
Полдник			
Сырок творожный 4,5%	91/91	337,03/337,03	
Чай полусладкий	200/200	29,68/31,23	
Итого за прием пищи:		382,92/384,15	
Ужин			
Салат из соленых огурцов с луком	100/100	43,85/43,86	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	
		541,64/649,45	
Ужин 2			
Печенье Сэндвич	61/61	254,11/254,11	20.20
Йогурт 2,5%	207/207	102,13/102,13	
Итого за прием пищи		356,88/356,88	
Всего за день		3044,53/3679,04	

Медицинская сестра

А. Г. Самокрутова