

Утверждаю

Директор РЖД лица № 5

\_\_\_\_\_ А.А Крамер

## МЕНЮ

НА 18 марта 2026 г.

Наименование блюда	Выход 1 – 4/5 - 11	Ккал 1 – 4/5 - 11	Время приема пищи
<b>Завтрак</b>			
Каша пшеничная вязкая	200/250	259,98/260,14	07.00- 08.00
Масло сливочное	10/10	74,80/74,80	
Сыр	25/35	81,19/113,61	
Кофейный напиток	200/200	83,19/83,27	
Хлеб пшеничный	50/80	118,41/170,51	
Батон	31/31	74,74/74,78	
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>692,16/782,00</b>	
<b>Обед</b>			
Суп рыбный	200/200	115,63/131,45	12.00 - -14.00.
Кура запеченная	75/75	223,52/223,76	
Макаронные изделия отварные	200/200	227,90/274,18	
Икра из кабачков	90/115	119,00/128,52	
Компот из сухофруктов	200/200	84,38/89,64	
Хлеб пшеничный	30/60	63,95/127,88	
Хлеб ржаной	80/120	146,85/220,28	
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>982,21/1204,75</b>	
<b>Полдник</b>			
Слойка	1/1	3,08/3,08	09.30
Молоко пастеризованное	200/200	113,98/113,93	-16.20.
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>117,07/117,01</b>	
<b>Ужин</b>			
Икра свекольная	95/100	97,00/101,57	18.00. - - 19.00
Запеканка картофельная с мясом	240/250	443,30/461,17	
Чай с сахаром	200/15	38,14/40,37	
Хлеб пшеничный	50/80	106,57/170,51	
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>685,46/774,15</b>	
<b>Ужин 2</b>			
Сок	200/200	101,48/91,33	20.20
Яблоко	221/221	603,08/603,08	
<b>Итого за прием пищи</b>		<b>473,06/462,75</b>	
<b>Всего за день</b>		<b>3181,53/3573,14</b>	

Медицинская сестра

А. Г. Самокрутова