

Утверждаю

Директор РЖД лицея № 5

_____ А.А Крамер

МЕНЮ

НА 19 марта 2026

Наименование блюда	Выход 1 – 4/5 - 11	Ккал 1 – 4/5 - 11	Время Приема пищи
Завтрак			
Запеканка из творога со сгущенным молоком	200/50/200/50	709,12/712,17	07.00- 08.00
Масло сливочное	10/10	74,80/74,80	
Чай с сахаром и молоком	200/15/200/15	70,54/75,94	
Хлеб пшеничный	50/60	106,57/127,88	
Итого за прием пищи:		971,03/1000,97	
Обед			
Огурец соленый	55/50	7,16/7,15	
Суп картофельный с бобовыми	200/200	175,96/175,16	12.00 - -14.00.
Шницель натуральный рубленый	90/100	313,60/322,50	
Картофельное пюре	180/200	167,89/186,92	
Компот из свежих плодов	200/200	109,77/110,04	
Хлеб пшеничный	50/60	106,57/127,88	
Хлеб ржаной	80/120	146,85/220,28	
Итого за прием пищи:		1025,99/1150,38	
Полдник			
Печенье Классное	35/35	160,30/160,30	09.30
Яблоко	163/163	444,91/444,97	-16.20.
Сок	200/200	101,48/91,35	
Итого за прием пищи:		627,10/696,62	
Ужин			
Винегрет овощной	80/100	87,89/100,29	18.00. - - 19.00
Плов	200/250	350,56/414,00	
Напиток из шиповника	200/200	81,99/105,03	
Хлеб пшеничный	50/70	106,57/149,19	
Итого за прием пищи:		627,01/768,36	
Ужин 2			
Биойогурт	241/241	130,17/130,18	
Итого за прием пищи:		130,17/130,18	
Всего за день		3460,32/3746,51	

Медицинская сестра

А. Г. Самокрутова