

Утверждаю

Директор РЖД лицея № 5

А.А Крамер

МЕНЮ

НА 19 декабря 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	282,84/284,01	07.00- 08.00
Масло сливочное	10/10	74,80/74,80	
Какао с молоком	200/200	129,99/129,20	
Хлеб пшеничный	50/60	106,57/127,88	
Итого за прием пищи:		642,41/666,53	
Обед			
Салат из свежих помидоров	100/100	92,44/91,97	12.00 - -14.00.
Борщ с картофелем	200/200	157,66/149,27	
Гуляш	100/100	234,02/224,97	
Каша пшеничная рассыпчатая	150/200	258,03/257,30	
Компот из сухофруктов	200/200	89,64/89,64	
Хлеб пшеничный	50/60	106,57/127,88	
Хлеб ржаной	80/120	146,85/220,28	
Чеснок	3/3	3,84/3,75	
Итого за прием пищи:		1025,85/1103,45	
Полдник			
Банан	301/301	288,62/288,67	09.30 -16.20.
Сок	205/205	101,52/101,48	
Итого за прием пищи:		390,17/390,18	
Ужин			
Пирожки печеные с яблоками	100/100	412,23/412,23	17.00. - - 17.30
Тефтели	90/100	278,54/313,60	
Картофель запеченный	180/200	240,31/284,13	
Чай с сахаром и лимоном	200/10/7	39,72/39,73	
Хлеб пшеничный	50/80	106,57/170,51	
Итого за прием пищи:		1075,83/1216,19	
Всего за день		3134,26/3376,35	

Медицинская сестра

Сани

А. Г. Самокрутова