

РЖД ЛИЦЕЙ №5

Подписан цифровой подписью: РЖД ЛИЦЕЙ №5
 DN: ИИН ЮЛ=4501109447, СНИЛС=04109618127, ОГРН=1044500014327, ИИН=450140682116, E=internal17.kramer@yandex.ru, C=RU, S=45 Кыргызская область, L=КУРГАН Г. STREET="КАРБЫШЕВА УЛ, Д. 56", O=РЖД ЛИЦЕЙ №5, SN=РЖД ЛИЦЕЙ №5, Т=ДИРЕКТОР, G=АЛЕНА АЛЕКСАНДРОВНА, SN=КРАМЕР
 Основание: Я являюсь автором этого документа
 Расположение:
 Дата: 2026.10.21 15:48:03+05'00'
 Foxit PDF Reader Версия: 12.1.2

Утверждаю
 Директор РЖД лицея № 5
 А.А. Крамер

МЕНЮ на 22.10.2026 г. 1-4 классы

Прием пищи	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак/ 07.00-08.00	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	200/50	714,31	46,82	30,09	55,07
	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	74,80	0,05	8,25	0,08
		ЧАЙ С САХАРОМ И МОЛОКОМ	200	81,37	1,79	1,44	15,02
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	106,57	3,63	0,29	22,83
Обед/ 12.00-14.00	49	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-й вариант)	100	86,73	1,80	4,01	10,30
	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	158,37	8,56	6,82	14,60
	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	300,58	14,88	14,68	22,93
	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	90,50	0,64	0,00	11,30
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	106,57	3,63	0,29	22,83
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	80	146,85	5,04	0,66	30,86
Полдник/ 09.30/16.20		КЕКС	1	3,08	0,05	0,08	0,50
	б/н	СОК	200	91,36	0,91	0,00	22,02
		ГРУША	255	629,06	5,88	0,00	158,80
Ужин 1/ 18.00-19.00	5	САЛАТ ФРУКТОВЫЙ	100	192,35	2,41	0,06	47,70
	651	КУРА ЗАПЕЧЕНАЯ	75	223,93	22,24	12,01	3,92
	181	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	126,98	3,28	3,96	18,40
	867	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200/10	81,99	0,76	0,00	20,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	106,57	3,63	0,29	22,83
Ужин 2/20.20		БИОЙОГУРТ 2.5%	240	129,60	12,00	6,00	8,40

5-11 классы

Прием пищи	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак/ 07.00-08.00	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	200/50	722,98	47,22	30,48	55,84
	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	74,80	0,05	8,25	0,08
		ЧАЙ С САХАРОМ И МОЛОКОМ	200	92,26	2,32	1,92	15,98
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	127,88	4,35	0,35	27,40
Обед/ 12.00-14.00	49	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-й вариант)	100	92,59	2,11	4,07	11,27
	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	180,57	8,96	8,07	16,87
	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	250	345,59	16,33	16,19	28,88
	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	90,93	0,65	0,00	11,32
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	127,88	4,35	0,35	27,40
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	120	220,28	7,54	1,00	46,29
Полдник/ 09.30/16.20		КЕКС	1	3,08	0,05	0,08	0,50
	б/н	СОК	200	91,34	0,91	0,00	22,01
		ГРУША	256	628,58	5,88	0,00	158,68
Ужин 1/ 18.00-19.00	5	САЛАТ ФРУКТОВЫЙ	100	196,20	2,41	0,06	48,67
	651	КУРА ЗАПЕЧЕНАЯ	75	224,11	22,25	12,01	3,96
	181	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	200	174,91	4,58	5,27	25,75
	867	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	105,03	1,14	0,00	25,46
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	149,19	5,07	0,40	31,97
Ужин 2/20.20		БИОЙОГУРТ 2.5%	240	129,60	12,00	6,00	8,40

Медицинская сестра

А.Г. Самокрутова