

Директор РЖД лицея № 5

MEHIO

НА 24 декабря 2025

Наименование блюда	Выход 1 – 4/5 - 11	Ккал 1 – 4/5 - 11	Время приема пищи
Завтрак			
Каша рисовая вязкая	200/250	261,18/276,98	07.00- 08.00
Масло сливочное	10/10	74,80/74,80	
Сыр	25/35	81,19/113,62	
Кофейный напиток	200/200	83,23/83,14	
Хлеб пшеничный	50/60	118,41/127,88	
Итого за прием пищи:		618,48/676,20	
Обед			
Морковь тертая	100/100	65,24/65,01	12.00 - -14.00.
Суп овощной	200/200	146,26/145,86	
Бефстроганов	50/50	252,36/263,10	
Макаронные изделия отварные	180/200	227,84/274,18	
Компот из апельсинов	200/200	49,46/49,46	
Хлеб пшеничный	30/40	63,95/85,26	
Хлеб ржаной	80/120	146,85/220,28	
Чеснок	3/3	3,75/3,80	
Итого за прием пищи:		895,40/1044,29	
Полдник			
Печенье К чаю	30/45	125,10/187,65	09.30 -16.20.
Молоко пастеризованное	200/200	113,96/113,94	
Итого за прием пищи:		239,03/301,58	
Ужин			
Салат «Свеколка»	100/100	122,73/131,51	18.00. - - 19.00
Шницель натуральный	90/100	324,26/359,07	
Пюре картофельное	180/200	168,26/187,45	
Чай с сахаром и лимоном	200/10/7/200/10/7	39,72/41,97	
Хлеб пшеничный	50/70	106,57/149,19	
Итого за прием пищи:		762,51/868,49	
Ужин 2			
Сок	200/200	91,43/91,33	
Яблоко	229/229	624,00/622,44	
Итого за прием пищи		716,65/713,92	
Всего за день		3231,07/3604,48	

Самм

А.Г. Самокрутова