

Утверждаю

Директор РЖД лицея № 5

А.А Крамер



НА 26 декабря 2025

Наименование блюда	Выход 1 – 4/5 - 11	Ккал 1 – 4/5 - 11	Время Приема пищи
Завтрак			
Каша овсяная «Геркулес» вязкая	200/200	269,11/268,96	07.00-08.00
Масло сливочное	10/10	74,80/74,80	
Кофейный напиток	200/15/200/15	83,08/83,02	
Хлеб пшеничный	50/70	106,57/149,19	
Сок	200/200	91,35/91,33	
Итого за прием пищи:		624,67/668,86	
Обед			
Салат из свежих помидоров	100/100	84,16/120,09	12.00 - -14.00.
Щи	200/200	181,99/181,92	
Каша рисовая рассыпчатая	200/250	260,35/259,60	
Тефтели	100/100	307,18/305,79	
Соус красный основной	50/50	37,40/37,97	
Компот из свежих плодов	200/200	91,87/91,77	
Хлеб пшеничный	50/60	106,57/127,88	
Хлеб ржаной	80/120	146,85/220,28	
Чеснок	3/3	3,75/3,75	
Итого за прием пищи:		1217,62/1345,94	
Полдник			
Банан	234/234	224,78/224,82	09.30 -16.20.
Йогурт 2,5%	209/209	95,01/95,01	
Итого за прием пищи:		318,05/318,00	
Ужин			
Пирожки печеные с картошкой	100/100	396,07/395,74	
Чай с сахаром и лимоном	200/10/7/200/10/7	39,75/41,98	
Итого за прием пищи:		435,84/395,74	
Всего за день		2596,18/2770,50	

Медицинская сестра

Саша

А. Г. Самокрутова