

РЖД ЛИЦЕЙ №5

Подписан цифровой подписью: РЖД ЛИЦЕЙ №5
 DN: ИИН ЮЛ=4501109447, СНИЛС=04109618127, ОГРН=1044500014327, ИИН=450140682116, E=internat17.kramer@yandex.ru, C=RU, S=45 Курганская область, L=КУРГАН Г. STREET="КАРЬШЕВА 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: 2026.10.27 08:22:18+0500
 Foxit PDF Reader Версия 12.1.2

Утверждаю
 Директор РЖД лицея № 5
 А.А. Крамер

МЕНЮ на 27.10.2026 г. 1-4 классы

Прием пищи	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак/ 07.00-08.00	184	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	200	267,82	8,35	8,60	37,01
	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	74,80	0,05	8,25	0,08
	424	ЯЙЦА ВАРЁНЫЕ	1	49,46	4,09	3,02	0,25
	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	109,67	3,99	3,37	15,04
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	106,57	3,63	0,29	22,83
	б/н	СОК	200	91,33	0,91	0,00	22,01
Обед/ 12.00-14.00	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	156,36	8,55	6,51	15,53
	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	150	388,26	53,84	14,79	6,21
	325	РИС ОТВАРНОЙ	150	229,16	3,64	6,70	36,44
	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	111,26	0,79	0,04	27,59
		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		СЫРОК ТВОРОЖНЫЙ 4.5%	98	362,79	11,28	20,10	33,83
	430	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ	200	29,60	0,10	0,00	7,40
Ужин 1/ 18.00-19.00	394	МАННИК	200	511,84	11,48	17,62	72,11
	259	ГУЛЯШ	100	221,97	12,93	15,46	2,59
	299	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	140,18	3,24	4,19	21,20
	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	37,05	0,10	0,00	9,28
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	106,57	3,63	0,29	22,83

5-11 классы

Прием пищи	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак/ 07.00-08.0	184	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	200	273,78	8,62	8,88	37,53
	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	74,80	0,05	8,25	0,08
	424	ЯЙЦА ВАРЁНЫЕ	1	49,46	4,09	3,02	0,25
	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	116,51	4,39	3,68	15,56
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	149,19	5,07	0,40	31,97
	б/н	СОК	200	91,35	0,91	0,00	22,02
Обед/ 12.00-14.00	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	159,04	8,64	6,56	16,00
	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	150	417,13	54,20	16,78	8,81
	325	РИС ОТВАРНОЙ	200	283,10	4,84	6,87	48,56
	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	111,52	0,79	0,04	27,65
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	129,92	4,42	0,36	27,84
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	120	226,90	7,77	1,02	47,68
Полдник/ 09.30/16.20		СЫРОК ТВОРОЖНЫЙ 4.5%	98	362,81	11,28	20,10	33,83
	430	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ	200	32,20	0,29	0,00	7,87
Ужин 1/ 18.00-19.00	394	МАННИК	200	511,37	11,37	17,62	72,11
	259	ГУЛЯШ	100	230,05	13,24	15,50	4,23
	299	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	200	187,02	4,31	5,58	28,25
	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	40,37	0,38	0,00	9,84
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	149,19	5,07	0,40	31,97

Медицинская сестра

А.Г. Самокрутова