



Утверждаю

Директор РЖД лицея № 5

А.А Крамер

НА 19 мая 2025

Наименование блюда	Выход 1 – 4/5 - 11	Ккал 1 – 4/5 - 11	Время приема пищи
Завтрак			
Каша « Дружба»	200/250	254,68/254,68	07.30- 08.30
Масло сливочное	10/10	74,80/74,80	
Сыр	25/35	81,00/113,40	
Кофейный напиток	200/200	83,12/82,94	
Хлеб пшеничный	50/60	106,57/127,88	
Итого за прием пищи:		600,17/653,70	
Обед			
Щи	200/200	162,18/161,47	13.00 - -14.00.
Котлеты	90/100	244,90/271,05	
Пюре гороховое	150/150	274,72/274,81	
Томат свежий	78/78	16,99/16,95	
Кисель из концентрата	200/200	86,79/86,80	
Хлеб витаминизированный	31/31	65,03/65,11	
Хлеб пшеничный	30/30	63,95/63,95	
Хлеб ржаной	80/120	146,85/220,28	
Итого за прием пищи:		1061,41/1160,42	
Полдник			
Печенье К кофе	17/17	70,89/70,89	10.30 -16.20.
Сок	200/200	91,33/91,35	
Яблоко	131/131	357,56/357,60	
Итого за прием пищи:		519,78/519,84	
Ужин			
Салат из свежих огурцов с яйцом	100/100	106,33/106,21	18.00. - - 19.00
Мясо тушеное с овощами	200/250	296,83/341,23	
Чай с сахаром	200/15	38,14/38,14	
Хлеб пшеничный	50/60	106,57/149,19	
Итого за прием пищи:		547,87/637,00	
Ужин 2			
Йогурт 2,5%	200/200	100,36/100,44	
Итого за прием пищи		100,36/100,44	
Всего за день		2829,59/3071,40	

Медицинская сестра

Саша

А.Г. Самокрутова