

Утверждаю

Директор РЖД лицея № 5

А.А Крамер

МЕНЮ

НА 23 мая 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	
Яйца вареные	1/1	49,46/49,46	
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:		674,37/716,76	
Обед			
Салат из свежих помидоров	100/100	117,35/117,35	12.00 - -14.00.
Солянка домашняя	200/200	133,60/133,52	
Плов	200/250	351,44/422,35	
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	
Итого за прием пищи:		947,68/1113,15	
Полдник			
Банан	220/220	211,21/211,16	09.30 -16.20.
Йогурт 2,5%	200/200	96,03/96,00	
Итого за прием пищи:		307,24/307,16	
Ужин			
Булочка домашняя	100/100	338,74/370,70	17.00. - - 17.30
Тефтели	100/100	307,53/310,78	
Рагу из овощей	200/200	195,25/196,82	
Чай с сахаром	200/15	38,14/40,37	
Хлеб пшеничный	50/70	106,57/149,19	
Итого за прием пищи:		986,23/1067,86	
Всего за день		2915,52/3204,93	

Медицинская сестра

Саша

А.Г.Самокрутова