

Утверждаю

Директор РЖД лицея № 5

А.А Крамер



НА 29 апреля 2025

Наименование блюда	Выход 1 – 4/5 - 11	Ккал 1 – 4/5 - 11	Время приема пищи
Завтрак			
Каша пшениная вязкая	200/250	280,45/350,95	07.00- 08.00
Масло сливочное	10/10	74,80/74,80	
Яйца вареные	1/1	48,96/49,46	
Какао с молоком	200/200	129,13/129,23	
Хлеб пшеничный	50/60	106,57/149,19	
Сок	200/200	91,33/91,36	
Итого за прием пищи:		731,74/845,14	
Обед			
Суп картофельный с мясными фрикадельками	200/250	180,90/226,47	12.00 - -14.00.
Рыба, тушенная в томате с овощами	150/150	385,10/384,82	
Рис отварной	150/200	212,74/283,10	
Компот из свежих плодов	200/200	129,49/129,52	
Хлеб пшеничный	50/60	106,57/127,88	
Хлеб ржаной	80/120	146,85/220,28	
Итого за прием пищи:		1161,65/1372,07	
Полдник			
Печенье Снежок	33/33	151,14/151,14	09.30 -16.20.
Чай полусладкий	200/200	38,33/38,32	
Банан	239/239	229,70/229,59	
Итого за прием пищи:		419,17/419,05	
Ужин			
Салат из соленых огурцов с луком	100/100	62,85/63,24	18.00. - - 19.00
Гуляш	100/100	237,76/233,99	
Пюре картофельное	150/200	140,70/187,45	
Чай с сахаром	200/15	56,55/56,67	
Хлеб пшеничный	50/70	106,57/149,19	
Итого за прием пищи:		600,43/690,54	
Ужин 2			
Печенье К чаю	30/30	125,83/127,87	20.20
Йогурт 2,5%	200/200	96,92/96,96	
Итого за прием пищи		222,75/222,83	
Всего за день		3135,74/3549,63	

Медицинская сестра

Саша

А.Г.Самокрутова