

ООО «Русскомплект Пит»
 Утверждаю: Директор ООО
 «Русскомплект Пит»
 Часовитин В.С.



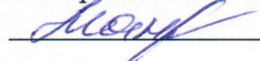
СОГЛАСОВАНО: «Югорский физико-математический лицей-интернат»
 ВРИО директора
 Е.А. Вишневская



МЕНЮ
 Для учащихся с круглосуточным пребыванием
 на 23.12.2020 года. (среда)

Наименование блюд	Масса порц.г.	Белки г.	Жиры г.	Углево-ды г.	Энерг.цен-ность калл.
Завтрак I					
Каша пшённая с молоком	250	9,6	12,1	55,7	370
Бутерброд с ветчиной вареной	30/20	16,0	1,0	70,0	335,49
Какао с молоком	200	2,4	2,66	20,54	110,7
Завтрак II					
Сок	200	0,8	0	23,0	94,0
Кондитерские изделия	50	1,72	1,51	43,25	189,0
Обед					
С-т из моркови с курагой	100	1,1	9	12,9	134
Рассольник	250/20	3,64	2,8	23,52	151
Жаркое по домашнему	250	22,83	24,48	14,31	403,3
Компот из сух/фр.	200	12,02	2,31	72,96	381
Хлеб пшеничный в/с	100	12,02	2,31	72,96	381
Хлеб Столичный (ржаной)	60	13	3,4	41,2	250
Полдник					
Фрукт	200	1,66	0,37	14,98	79,55
Кисломолочный продукт	150	5,4	0,09	6,84	49,77
Булочка домашняя	60	10,0	5,05	40,49	238,46
Ужин					
С-т Витаминный с фруктами	100	1,1	9	12,9	134
Гречка отварная рассыпчатая	180	6,6	0,78	47,21	227,2
Котлета по домашнему в томате с овощами	80/50	12,75	22,45	1,4	258,34
Чай с сахаром	200	5,87	3,32	39,43	203,97
Хлеб пшеничный в/с	70	7,7	2,4	53,4	254
Хлеб Столичный (ржаной)	60	13	3,4	41,2	250

Зав.производством

 / О.В.Мануйлова /