

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

Согласовано: Отв. за питание БОУ
 «Югорский физико-математический»
 Лицей – интернат И.С.Латыпова

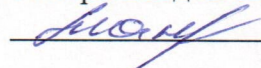


МЕНЮ

Для учащихся с круглосуточным пребыванием
 на 21.01.2021 года. (четверг)

Наименование блюд	Масса порц.г.	Белки г.	Жиры г.	Углево ды г.	Энерг.цен ность калл.
Завтрак I					
Каша «Геркулес» на молоке	250	9,6	12,1	55,7	370
Бутерброд с п/к колбасой.	30/20	16,0	1,0	70,0	335,49
Кофейный напиток 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					
Икра кабачковая	100	1,1	9	12,9	134
Борщ с капустой и картофелем .	250/20	3,64	2,8	23,52	151
Пюре картофельное	180	3,14	4,4	32,84	204,8
Гуляш из говядины	75/50	12,75	22,45	1,40	258,34
Кисель	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
Кисло-молочный продукт	150	5,4	0,09	6,84	49,77
Сосиски в тесте	60	10,0	5,05	40,49	238,46
Ужин					
С-т из моркови с яблоком	100	1,1	9	12,9	134
Макароны отварные	180	6,6	0,78	47,21	227,2
Котлета рыбная в сметано – томатном соусе	80/50	12,75	22,45	1,4	258,34
Чай с сахаром и лимоном	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 /