

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



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

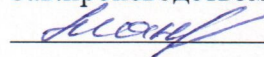


МЕНЮ

Для учащихся с круглосуточным пребыванием
 на 23.01.2021 года. (суббота)

Наименование блюд	Масса порц.г.	Белки г.	Жиры г.	Углево-ды г.	Энерг.цен-ность калл.	
Завтрак I						
Каша рисовая на молоке	250	9,6	12,1	55,7	370	
Бутерброд с колбасой варёной	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	
Кондитерское изделие	50	1,72	1,51	43,25	189,0	
Обед						
С-т «Хуторок»	100	1,1	9	12,9	134	
Щи с капустой и картофелем .	250/20	3,64	2,8	23,52	151	
Макароны отварные	180	15,09	19,44	11,52	315,3	
Котлета по домашнему	80	7,74	5,04	2,79	88,0	
Соус сметано - томатный	50	0,54	1,47	2,1	24,03	
Напиток из шиповника	200	5,08	4,6	0,28	62,8	
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	
Булочка творожная	60	10,0	5,05	40,49	238,46	
Ужин						
С-т из свежей капусты с яблоком	100	3,24	20,16	19,1	272,88	
Пюре картофельное	180	3,14	4,4	32,84	204,8	
Торт из печени с овощами	80/50	7,74	5,04	2,79	88,0	
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 /