

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

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

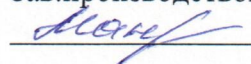


МЕНЮ

Для учащихся с круглосуточным пребыванием
 на 24.01.2021 года. (воскресенье)

Наименование блюд	Масса порц.г.	Белки г.	Жиры г.	Углевод.г.	Энерг.ценность калл.	
Завтрак I						
Каша пшеничная на молоке	250	9,6	12,1	55,7	370	
Бутерброд с маслом и сыром	30/10/15	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	
Кондитерское изделие	50	1,72	1,51	43,25	189,0	
Обед						
Оливье	100	1,1	9	12,9	134	
Суп куриный с вермишелью	250	3,64	2,8	23,52	151	
Пюре картофельное	150	15,09	19,44	11,52	315,3	
Бифштекс мясной	80	7,74	5,04	2,79	88,0	
Соус сметано - томатный	50	0,54	1,47	2,1	24,03	
Морс ягодный	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	
Сухарики из ржаной обойной муки	100	13,66	1,34	61,07	316,79	
Полдник						
Фрукт	200	1,66	0,37	14,98	79,55	
Кисломолочный продукт	150	5,4	0,09	6,84	49,77	
Булочка веснушка	60	10,0	5,05	40,49	238,46	
Ужин						
Салат Витаминный	100	3,24	20,16	19,1	272,88	
Гречка отварная рассыпчатая	180	3,14	4,4	32,84	204,8	
Курица тушеная в красном соусе	80/50	7,74	5,04	2,79	88,0	
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 /