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

Согласовано : Отв. за питание БОУ «Югорский физико –математический»
Лицей – интернат _____И.С.Лятыпова

МЕНЮ (Летняя школа)
Для учащихся с круглосуточным пребыванием
на 08.06.2021 года. (вторник)

Наименование блюд	Масса порц.г.	Белки г.	Жиры г.	Углеводы г.	Энерг.ценность калл.	Цена руб.
Завтрак I						
Каша молочная овсяная с маслом	250	5,1	8,6	28,5	210	40
Бутерброд с маслом и сыром	30/10/15	16,0	1,0	70,0	335,49	25
Кофейный напиток с молоком	200	2,4	2,66	20,54	110,7	30
Хлеб пшеничный в/с	70	7,7	2,4	53,4	254	10
Завтрак II						
Сок	200	0,8	0	23,0	94,0	30
Манник	60	1,72	1,51	43,25	189,0	20
Обед						
С-т «Глория» с зеленью	100	1,1	9	12,9	134	20
Борщ с капустой и картофелем и сметаной	250/20	3,64	2,8	23,52	151	50
Пюре картофельное	180	3,14	4,4	32,84	204,8	115
Тефтели	120	7,74	5,04	2,79	88,0	24
Соус сметано - томатный	50	5,08	4,6	0,28	62,8	10
Напиток из свежих ягод	200	1,54	0,34	30,96	127,68	6
Хлеб пшеничный в/с	100	12,02	2,31	72,96	381	15
Хлеб Столичный (ржаной)	60	4,58	0,56	27,18	132,20	6
Полдник						
Фрукт	250	1,66	0,37	14,98	79,55	65
Кисломолочный продукт	180	5,4	0,09	6,84	49,77	45
Пирожок с капустой	80	10,0	5,05	40,49	238,46	38
Ужин						
С-т « Школьный »	100	3,14	4,4	32,84	204,8	40
Куры тушеные в сметанном соусе	100/50	12,75	22,45	1,40	258,34	50
Макароны отварные с маслом	180	3,14	4,4	32,84	204,8	95,8
Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	4,51	1,14	7,71	57,33	30
Хлеб пшеничный в/с	70	7,7	2,4	53,4	254	10
Хлеб Столичный (ржаной)	60	13	3,4	41,2	250	6
					Итого	**759,80**

Зав.производством
_____ / О.В.Мануйлова /

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 (Летняя школа)
Для учащихся с круглосуточным пребыванием
на 09.06.2021 года. (среда)

Наименование блюд	Масса порц.г.	Белки г.	Жиры г.	Углеводы г.	Энерг.ценность калл.	Цена руб
Завтрак I						
Каша пшеничная с молоком с маслом	250	9,6	12,1	55,7	370	40
Бутерброд с ветчиной	30/20	16,0	1,0	70,0	335,49	25
Какао с молоком	200	2,4	2,66	20,54	110,7	30
Хлеб пшеничный в/с	70	7,7	2,4	53,4	254	10
Завтрак II						
Сок	200	0,8	0	23,0	94,0	30
Печенье домашнее	60	1,72	1,51	43,25	189,0	20
Обед						
С-т из свеклы с сыром	100	1,1	9	12,9	134	20
Суп Картофельный с мясными фрикадельками	250/40	3,64	2,8	23,52	151	50
Картофельное пюре	180	3,14	4,4	32,84	204,8	115
Биточки паровые в сметано – томатном соусе	100/50	12,75	22,45	1,4	258,34	24
Компот из сух/фр.	200	12,02	2,31	72,96	381	10
Хлеб пшеничный в/с	100	12,02	2,31	72,96	381	6
Хлеб Столичный (ржаной)	60	13	3,4	41,2	250	15
						6
Полдник						
Фрукт	250	1,66	0,37	14,98	79,55	65
Кисло-молочный продукт	180	5,4	0,09	6,84	49,77	45
Ватрушка с творогом	80	10,0	5,05	40,49	238,46	38
Ужин						
С-т «Витаминный» с зеленью	100	1,1	9	12,9	134	40
Гречка отварная	180	6,6	0,78	47,21	227,2	50
Гуляш из говядины	100/50	12,75	22,45	1,4	258,34	95,8
Чай с сахаром	200	5,87	3,32	39,43	203,97	30
Хлеб пшеничный в/с	70	7,7	2,4	53,4	254	10
Хлеб Столичный (ржаной)	60	13	3,4	41,2	250	6
					Итого	**759,80**

Зав.производством
_____ / О.В.Мануйлова /

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

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

МЕНЮ (Летняя школа)

Для учащихся с круглосуточным пребыванием на 10.06.2021 года. (четверг)

Наименование блюд	Масса порц.г.	Белки г.	Жиры г.	Углеводы г.	Энерг.ценность калл.	Цена руб
Завтрак I						
Каша рисовая на молоке с маслом	250	9,6	12,1	55,7	370	40
Бутерброд с маслом и сыром	30/10/15	16,0	1,0	70,0	335,49	25
Кофейный напиток с молоком	200	2,4	2,66	20,54	110,7	30
Хлеб пшеничный в/с	70	7,7	2,4	53,4	254	10
Завтрак II						
Сок	200	0,8	0	23,0	94,0	30
Пирог «Венский»	60	1,72	1,51	43,25	189,0	20
Обед						
С-т «Душечка»	100	1,1	9	12,9	134	20
Рассольник со сметаной	250/20	3,64	2,8	23,52	151	50
Картофель тушёный с говядиной	250	22,83	24,48	14,31	403,3	115
Напиток из клюквы	200	12,02	2,31	72,96	381	24
Хлеб пшеничный в/с	100	12,02	2,31	72,96	381	10
Хлеб Столичный (ржаной)	60	13	3,4	41,2	250	6
Полдник						
Фрукт	250	1,66	0,37	14,98	79,55	65
Кисло-молочный продукт	180	5,4	0,09	6,84	49,77	45
Булка с маком	80	10,0	5,05	40,49	238,46	38
Ужин						
С-т из моркови с яблоком	100	1,1	9	12,9	134	40
Макароны отварные	180	6,6	0,78	47,21	227,2	50
Курица запечёная	90/50	12,75	22,45	1,4	258,34	95,8
Чай с сахаром и лимоном	200	5,87	3,32	39,43	203,97	30
Хлеб пшеничный в/с	70	7,7	2,4	53,4	254	10
Хлеб Столичный (ржаной)	60	13	3,4	41,2	250	6
					Итого	**759,80**

Зав.производством
_____ / О.В.Мануйлова /

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 (Летняя школа)
Для учащихся с круглосуточным пребыванием
на 11.06.2021 года. (пятница)

Наименование блюд	Масса порц.г.	Белки г.	Жиры г.	Углеводы г.	Энерг.ценность калл.	Цена руб
Завтрак I						
Каша пшённая на молоке с маслом	250	9,6	12,1	55,7	370	40
Бутерброд с колбасой п/к	30/20	16,0	1,0	70,0	335,49	25
Какао с молоком	200	2,4	2,66	20,54	110,7	30
Хлеб пшеничный в/с	70	7,7	2,4	53,4	254	10
Завтрак II						
Сок	200	0,8	0	23,0	94,0	30
Курабье с маком	60	1,72	1,51	43,25	189,0	20
Обед						
Салат «Школьный»	100	1,1	9	12,9	134	20
Щи из свежей капусты со сметаной	250/20	3,64	2,8	23,52	151	50
Плов с говядиной	250	3,14	4,4	32,84	204,8	115
Напиток из шиповника	200	12,02	2,31	72,96	381	24
Хлеб пшеничный в/с	100	12,02	2,31	72,96	381	10
Хлеб Столичный (ржаной)	60	13	3,4	41,2	250	6
						15
Полдник						
Фрукт	250	1,66	0,37	14,98	79,55	65
Кисло-молочный продукт	180	5,4	0,09	6,84	49,77	45
Булка с изюмом	80	10,0	5,05	40,49	238,46	38
Ужин						
С-т «Витаминный» с зеленью	100	1,1	9	12,9	134	40
Гречка отварная	180	6,6	0,78	47,21	227,2	50
Котлета куриная в сметано – томатном соусе	100/50	12,75	22,45	1,4	258,34	95,8
Чай с сахаром	200	5,87	3,32	39,43	203,97	30
Хлеб пшеничный в/с	70	7,7	2,4	53,4	254	10
Хлеб Столичный (ржаной)	60	13	3,4	41,2	250	6
					Итого	**759,80**

Зав.производством
_____ / О.В.Мануйлова /

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 (Летняя школа)
Для учащихся с круглосуточным пребыванием
На 12.06.2021 года. (суббота)

Наименование блюд	Масса порц.г.	Белки г.	Жиры г.	Углеводы г.	Энерг.ценность калл.	Цена руб
Завтрак I						
Каша кукурузная на молоке с маслом	250	9,6	12,1	55,7	370	40
Бутерброд с маслом и сыром	30/10/15	16,0	1,0	70,0	335,49	25
Кофейный напиток с молоком	200	2,4	2,66	20,54	110,7	30
Хлеб пшеничный в/с	70	7,7	2,4	53,4	254	10
Завтрак II						
Сок	200	0,8	0	23,0	94,0	30
Запеканка творожная	60	1,72	1,51	43,25	189,0	20
Обед						
С-т «Хуторок»	100	1,1	9	12,9	134	20
Суп из сборных овощей со сметаной	250/20	3,64	2,8	23,52	151	50
Макароны отварные	180	15,09	19,44	11,52	315,3	115
Котлета по домашнему	100	7,74	5,04	2,79	88,0	24
Соус сметано - томатный	50	0,54	1,47	2,1	24,03	10
Напиток из свежих ягод	200	12,02	2,31	72,96	381	6
Хлеб пшеничный в/с	100	12,02	2,31	72,96	381	15
Хлеб Столичный (ржаной)	60	13	3,4	41,2	250	6
Полдник						
Фрукт	250	1,66	0,37	14,98	79,55	65
Кисло-молочный продукт	180	5,4	0,09	6,84	49,77	45
Булка Московская	80	10,0	5,05	40,49	238,46	38
Ужин						
С-т из свежей капусты с яблоком	100	3,24	20,16	19,1	272,88	40
Пюре картофельное / Гречка	180	6,6	0,78	47,21	227,2	50
Окорочок жаренный	110	7,74	5,04	2,79	88,0	95,8
Чай с сахаром и лимоном	200	5,87	3,32	39,43	203,97	30
Хлеб пшеничный в/с	70	7,7	2,4	53,4	254	10
Хлеб Столичный (ржаной)	60	13	3,4	41,2	250	6
					Итого	**759,80**

Зав.производством
_____ / О.В.Мануйлова /

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 (Летняя школа)
Для учащихся с круглосуточным пребыванием
на 13.06.2021 года. (воскресенье)

Наименование блюд	Масса порц.г.	Белки г.	Жиры г.	Углеводы г.	Энерг.ценность калл.	Цена руб
Завтрак I						
Каша рисовая на молоке с маслом	250	9,6	12,1	55,7	370	40
Бутерброд с п/к	30/20	16,0	1,0	70,0	335,49	25
Какао с молоком	200	2,4	2,66	20,54	110,7	30
Хлеб пшеничный в/с	70	7,7	2,4	53,4	254	10
Завтрак II						
Сок	200	0,8	0	23,0	94,0	30
Домашнее печенье «Черринг»	60	1,72	1,51	43,25	189,0	20
Обед						
Оливье	100	1,1	9	12,9	134	20
Суп куриный с вермишелью	250	3,64	2,8	23,52	151	50
Пюре картофельное	150	15,09	19,44	11,52	315,3	115
Фрикадельки с рисом	110	7,74	5,04	2,79	88,0	24
Соус сметано - томатный	50	0,54	1,47	2,1	24,03	10
Компот из свежих ягод	200	5,08	4,6	0,28	62,8	6
Хлеб пшеничный в/с	100	12,02	2,31	72,96	381	15
Хлеб Столичный (ржаной)	60	13	3,4	41,2	250	6
Полдник						
Фрукт	250	1,66	0,37	14,98	79,55	65
Кисломолочный продукт	180	5,4	0,09	6,84	49,77	45
Булочка Ванильная	60	10,0	5,05	40,49	238,46	38
Ужин						
Салат Витаминный с зеленью	100	3,24	20,16	19,1	272,88	40
Рис отварной	180	3,14	4,4	32,84	204,8	50
Биточки рыбные	100/50	12,75	22,45	1,4	258,34	95,8
Чай с сахаром	200	5,87	3,32	39,43	203,97	30
Хлеб пшеничный в/с	70	7,7	2,4	53,4	254	10
Хлеб Столичный (ржаной)	60	13	3,4	41,2	250	6
					Итого	**759,80**

Зав.производством
_____ / О.В.Мануйлова /

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

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

МЕНЮ (Летняя школа)
Для учащихся с круглосуточным пребыванием
на 14.06.2021 года. (понедельник)

Наименование блюд	Масса иорц.г.	Белки г.	Жиры г.	Углеводы г.	Энерг.ценность калл.	Цена, руб.
Завтрак I						
Каша вязкая «Геркулес» молочная с маслом	250	5,1	8,6	28,5	210	40
Бутерброд с маслом и сыром	30/10/15	16,0	1,0	70,0	335,49	25
Какао с молоком	200	2,4	2,66	20,54	110,7	30
Хлеб пшеничный в/с	70	7,7	2,4	53,4	254	10
Завтрак II						
Сок	200	0,8	0	23,0	94,0	30
Домашнее печенье с маком	60	1,72	1,51	43,25	189,0	20
Обед						
С-т из свеклы с чесноком	100	1,1	9	12,9	134	20
Щи свежей капусты со сметаной	250/20	3,64	2,8	23,52	151	50
Картофель тушёный с говядиной	250	22,83	24,48	14,31	403,3	115
Компот из свеж.ягод	200	1,54	0,34	30,96	127,68	24
Хлеб пшеничный в/с	100	12,02	2,31	72,96	381	10
Хлеб Столичный (ржаной)	60	4,58	0,56	27,18	132,20	6
Полдник						
Фрукт	250	1,66	0,37	14,98	79,55	65
Кисломолочный продукт	180	5,4	0,09	6,84	49,77	45
Ватрушка с творогом	80	10,0	5,05	40,49	238,46	38
Ужин						
С-т «Глория»	100	1,1	9	12,9	134	40
Макароны отварные	180	3,14	4,4	32,84	204,8	50
Котлета домашняя с соусом	100/50	12,75	22,45	1,4	258,34	95,8
Чай с сахаром	200	5,87	3,32	39,43	203,97	30
Хлеб пшеничный в/с	70	7,7	2,4	53,4	254	10
Хлеб Столичный (ржаной)	60	13	3,4	41,2	250	6
					Итого	**759,80**

Зав.производством
_____ / О.В.Мануйлова /

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

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

МЕНЮ (Летняя школа)
Для учащихся с круглосуточным пребыванием
на 15.06.2021 года. (вторник)

Наименование блюд	Масса порц.г.	Белки г.	Жиры г.	Углеводы г.	Энерг.ценность калл.	Цена, руб.
Завтрак I						
Каша рисовая с молоком и маслом	250	9,6	12,1	55,7	370	40
Бутерброд с п/к	30/20	16,0	1,0	70,0	335,49	25
Кофейный напиток с молоком	200	2,4	2,66	20,54	110,7	30
Хлеб пшеничный в/с	70	7,7	2,4	53,4	254	10
Завтрак II						
Сок	200	0,8	0	23,0	94,0	30
Пирог «Зебра»	60	1,72	1,51	43,25	189,0	20
Обед						
С-т из моркови и яблок	100	1,1	9	12,9	134	20
Борщ со свежей капустой и картофелем , со сметаной	250/20	3,64	2,8	23,52	151	50
Макароны отварные	180	15,09	19,44	11,52	315,3	24
Торт печёночный	100	7,74	5,04	2,79	88,0	86
Соус сметано - томатный	50	0,54	1,47	2,1	24,03	5
Напиток из шиповника	200	5,08	4,6	0,28	62,8	24
Хлеб пшеничный в/с	100	12,02	2,31	72,96	381	10
Хлеб Столичный (ржаной)	60	13	3,4	41,2	250	6
Полдник						
Фрукт	250	1,66	0,37	14,98	79,55	65
Кисло-молочный продукт	180	5,4	0,09	6,84	49,77	45
Булка Ярославская	60	10,0	5,05	40,49	238,46	38
Ужин						
Салат «Школьный »	100	3,24	20,16	19,1	272,88	40
Гречка отварная	180	6,6	0,78	47,21	227,2	50
Гуляш из говядины	100/50	12,75	22,45	1,4	258,34	95,8
Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	5,87	3,32	39,43	203,97	30
Хлеб пшеничный в/с	70	7,7	2,4	53,4	254	10
Хлеб Столичный (ржаной)	60	13	3,4	41,2	250	6
					Итого	**759,80**

Зав.производством
_____ / О.В.Мануйлова /

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

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

МЕНЮ (Летняя школа)
Для учащихся с круглосуточным пребыванием
на 16.06.2021 года. (среда)

Наименование блюд	Масса порц.г.	Белки г.	Жиры г.	Углеводы г.	Энерг.ценность калл.	Цена руб.
Завтрак I						
Каша пшённая с молоком	250	9,6	12,1	55,7	370	40
Бутерброд с маслом и сыром	30/10/15	16,0	1,0	70,0	335,49	25
Какао с молоком	200	2,4	2,66	20,54	110,7	30
Хлеб пшеничный в/с	70	7,7	2,4	53,4	254	10
Завтрак II						
Сок	200	0,8	0	23,0	94,0	30
Печенье «Черринг»	60	1,72	1,51	43,25	189,0	20
Обед						
С-т «Глория»	100	1,1	9	12,9	134	20
Рассольник со сметаной	250/20	3,64	2,8	23,52	151	50
Пюре картофельное	180	15,09	19,44	11,52	315,3	24
Курица запечённая с овощами	100/50	12,75	22,45	1,4	158,34	91
Компот из шиповника	200	5,08	4,6	0,28	62,8	24
Хлеб пшеничный в/с	100	12,02	2,31	72,96	381	10
Хлеб Столичный (ржаной)	60	13	3,4	41,2	250	6
Полдник						
Фрукт	250	1,66	0,37	14,98	79,55	65
Кисло-молочный продукт	180	5,4	0,09	6,84	49,77	45
Сосиска в тесте	60	10,0	5,05	40,49	238,46	38
Ужин						
С-т из свеклы с сыром	100	1,1	9	12,9	134	40
Рис отварной с овощами	180	6,6	0,78	47,21	227,2	50
Биточек паровой	100/50	7,74	5,04	2,79	188,0	95,8
Чай с сахаром	200	5,87	3,32	39,43	203,97	30
Хлеб пшеничный в/с	70	7,7	2,4	53,4	254	10
Хлеб Столичный (ржаной)	60	13	3,4	41,2	250	6
					Итого	**759,80**

Зав.производством
_____ / О.В.Мануйлова

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

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

МЕНЮ (Летняя школа)
Для учащихся с круглосуточным пребыванием
на 17.06.2021 года. (четверг)

Наименование блюд	Масса порц.г.	Белки г.	Жиры г.	Углеводы г.	Энерг.ценность калл.	Цена руб.
Завтрак I						
Каша пшеничная на молоке	250	9,6	12,1	55,7	370	40
Бутерброд с п/к	30/20	16,0	1,0	70,0	335,49	25
Кофейный напиток с сахаром и молоком	200	2,4	2,66	20,54	110,7	30
Хлеб пшеничный в/с	70	7,7	2,4	53,4	254	10
Завтрак II						
Сок	200	0,8	0	23,0	94,0	30
Шарлотка с яблоком	60	1,72	1,51	43,25	189,0	20
Обед						
С-т «Душечка с зеленью»	100	1,1	9	12,9	134	20
Суп с картофельный курицей и вермишелью	250/40	3,64	2,8	23,52	151	50
Плов с говядиной	250	3,14	4,4	32,84	204,8	115
Компот из свежих ягод	200	1,54	0,34	30,96	127,68	24
Хлеб пшеничный в/с	100	12,02	2,31	72,96	381	10
Хлеб Столичный (ржаной)	60	13	3,4	41,2	250	6
Полдник						
Фрукт	250	1,66	0,37	14,98	79,55	65
Кисло-молочный продукт	180	5,4	0,09	6,84	49,77	45
Булка домашняя	60	10,0	5,05	40,49	238,46	38
Ужин						
Салат из моркови с яблоком	100	1,1	9	12,9	134	40
Картофельное пюре	180	6,6	0,78	47,21	227,2	50
Рыба запечённая с овощами	80/50	12,75	22,45	1,4	258,34	95,8
Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	5,87	3,32	39,43	203,97	30
Хлеб пшеничный в/с	70	7,7	2,4	53,4	254	10
Хлеб Столичный (ржаной)	60	13	3,4	41,2	250	6
						759,80

Зав.производством
_____ / О.В.Мануйлова /

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 (Летняя школа)
Для учащихся с круглосуточным пребыванием
на 18.06.2021 года. (пятница)

Наименование блюд	Масса порц.г.	Белки г.	Жиры г.	Углеводы г.	Энерг.ценность калл.	Цена руб
Завтрак I						
Каша пшённая на молоке с маслом	250	9,6	12,1	55,7	370	40
Бутерброд с маслом и сыром	30/10/15	16,0	1,0	70,0	335,49	25
Какао с молоком	200	2,4	2,66	20,54	110,7	30
Хлеб пшеничный в/с	70	7,7	2,4	53,4	254	10
Завтрак II						
Сок	200	0,8	0	23,0	94,0	30
Печенье домашнее	60	1,72	1,51	43,25	189,0	20
Обед						
Салат «Винегрет с зеленью»	100	1,1	9	12,9	134	20
Суп гороховый	300	3,64	2,8	23,52	151	50
Гречка отварная	180	15,09	19,44	11,52	315,3	115
Гнёздышко мясное запечёное с овощами и сыром	100/50	12,75	22,45	1,4	258,34	86
Компот из ягод	200	5,08	4,6	0,28	62,8	10
Хлеб пшеничный в/с	100	12,02	2,31	72,96	381	6
Хлеб Столичный (ржаной)	60	13	3,4	41,2	250	15
						6
Полдник						
Фрукт	250	1,66	0,37	14,98	79,55	65
Кисло-молочный продукт	180	5,4	0,09	6,84	49,77	45
Штолик	60	10,0	5,05	40,49	238,46	38
Ужин						
Салат из моркови с яблоком	100	1,1	9	12,9	134	40
Капуста тушёная	180	6,6	0,78	47,21	227,2	50
Тефтели	100/50	12,75	22,45	1,4	258,34	95,8
Чай с сахаром	200/15	5,87	3,32	39,43	203,97	30
Хлеб пшеничный в/с	70	7,7	2,4	53,4	254	10
Хлеб Столичный (ржаной)	60	13	3,4	41,2	250	6
					Итого	**759,80**

Зав.производством
_____ / О.В.Мануйлова /

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 (Летняя школа)
Для учащихся с круглосуточным пребыванием
на 19.06.2021 года. (суббота)

Наименование блюд	Масса порц.г.	Белки г.	Жиры г.	Углеводы г.	Энерг.ценность калл.	Цена руб
Завтрак I						
Каша пшеничная на молоке	250	9,6	12,1	55,7	370	40
Бутерброд с п/к	30/20	16,0	1,0	70,0	335,49	25
Какао с молоком	200	2,4	2,66	20,54	110,7	30
Хлеб пшеничный в/с	70	7,7	2,4	53,4	254	10
Завтрак II						
Сок	200	0,8	0	23,0	94,0	30
Шарлотка	60	1,72	1,51	43,25	189,0	20
Обед						
С-т «Витаминный»	100	1,1	9	12,9	134	20
Суп Рисовый с курицей	250/40	3,64	2,8	23,52	151	50
Макароны отварные	180	6,6	0,78	47,21	227,2	115
Фрикассе из курицы	100/50	7,74	5,04	2,79	88,0	24
Соус сметано - томатный	50	0,54	1,47	2,1	24,03	10
Напиток из свежих ягод	200	5,08	4,6	0,28	62,8	6
Хлеб пшеничный в/с	100	12,02	2,31	72,96	381	15
Хлеб Столичный (ржаной)	60	13	3,4	41,2	250	6
Полдник						
Фрукт	250	1,66	0,37	14,98	79,55	65
Кисло-молочный продукт	180	5,4	0,09	6,84	49,77	45
Булочка творожная	60	10,0	5,05	40,49	238,46	38
Ужин						
С-т «Крабик»	100	3,24	20,16	19,1	272,88	40
Картофельное пюре	180	3,14	4,4	32,84	204,8	50
Котлета рыбная запеченная с соусом	100/50	7,74	5,04	2,79	88,0	95,8
Чай с сахаром и лимоном	200	5,87	3,32	39,43	203,97	30
Хлеб пшеничный в/с	70	7,7	2,4	53,4	254	10
Хлеб Столичный (ржаной)	60	13	3,4	41,2	250	6
					Итого	**759,80**

Зав.производством
_____ / О.В.Мануйлова /

Утверждаю: Директор ООО «Югорский физико –математический»
Согласовано : Отв. за питание БОУ **Лицей – интернат -- И.С.Латыпова**
_____ Часовитин В.С.

МЕНЮ (Летняя школа)
Для учащихся с круглосуточным пребыванием
на 20.06.2021 года. (воскресенье)

Наименование блюд	Масса порц.г.	Белки г.	Жиры г.	Углеводы г.	Энерг.ценность калл.	Цена руб
Завтрак I						
Каша рисовая на молоке с маслом	250	9,6	12,1	55,7	370	40
Бутерброд с маслом и сыром	30/10/15	16,0	1,0	70,0	335,49	25
Какао с молоком	200	2,4	2,66	20,54	110,7	30
Хлеб пшеничный в/с	70	7,7	2,4	53,4	254	10
Завтрак II						
Сок	200	0,8	0	23,0	94,0	30
Печенье домашнее «Конвертик»	60	1,72	1,51	43,25	189,0	20
Обед						
С-т Оливье	100	1,1	9	12,9	134	20
Борщ со свежей капустой и сметаной	250/20	3,64	2,8	23,52	151	50
Пюре картофельное	180	15,09	19,44	11,52	315,3	115
Котлета куриная	100	7,74	5,04	2,79	88,0	24
Соус томатный	50	0,54	1,47	2,1	24,03	10
Компот из свеж.ягод	200	5,08	4,6	0,28	62,8	6
Хлеб пшеничный в/с	100	12,02	2,31	72,96	381	15
Хлеб Столичный (ржаной)	60	13	3,4	41,2	250	6
Полдник						
Фрукт	250	1,66	0,37	14,98	79,55	65
Кисломолочный продукт	180	5,4	0,09	6,84	49,77	45
Булочка веснушка	60	10,0	5,05	40,49	238,46	38
Ужин						
Салат из Витаминный	100	3,24	20,16	19,1	272,88	40
Макароны отварные	180	3,14	4,4	32,84	204,8	50
Азу из говядины	100/50	7,74	5,04	2,79	88,0	95,8
Чай с сахаром	200	5,87	3,32	39,43	203,97	30
Хлеб пшеничный в/с	70	7,7	2,4	53,4	254	10
Хлеб Столичный (ржаной)	60	13	3,4	41,2	250	6
					Итого	**759,80**

Зав.производством
_____ / О.В.Мануйлова /

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 (Летняя школа)
Для учащихся с круглосуточным пребыванием
на 21.06.2022 года. (понедельник)

Наименование блюд	Масса порц.г.	Белки г.	Жиры г.	Углеводы г.	Энерг.ценность калл.	Цена руб.
Завтрак I						
Каша вязкая пшеничная на молоке с маслом	250	5,1	8,6	28,5	210	40
Бутерброд с ветчиной	30/20	16,0	1,0	70,0	335,49	25
Какао с молоком	200	2,4	2,66	20,54	110,7	30
Хлеб пшеничный в/с	70	7,7	2,4	53,4	254	10
Завтрак II						
Сок	200	0,8	0	23,0	94,0	30
Кондитерские изделия	60	1,72	1,51	43,25	189,0	20
Обед						
С-т « Винегрет »	100	1,1	9	12,9	134	20
Суп гороховый	250	3,64	2,8	23,52	151	50
Гречка отварная	180	15,09	19,44	11,52	315,3	115
Голубцы с рисом	100	12,75	22,45	1,4	258,34	24
Соус сметано - томатный	50	5,08	4,6	0,28	62,8	10
Компот из свеж. ягод	200	1,54	0,34	30,96	127,68	6
Хлеб пшеничный в/с	100	12,02	2,31	72,96	381	15
Хлеб Столичный (ржаной)	60	4,58	0,56	27,18	132,20	6
Полдник						
Фрукт	250	1,66	0,37	14,98	79,55	65
Кисломолочный продукт	180	5,4	0,09	6,84	49,77	45
Булка домашняя	80	10,0	5,05	40,49	238,46	38
Ужин						
С-т из моркови с яблоком.	100	3,14	4,4	32,84	204,8	40
Фрикассе из курицы	100/50	7,74	5,04	2,79	88,0	50
Пюре картофельное	180	3,14	4,4	32,84	204,8	95,8
Чай с сахаром	200	5,87	3,32	39,43	203,97	30
Хлеб пшеничный в/с	70	7,7	2,4	53,4	254	10
Хлеб Столичный (ржаной)	60	13	3,4	41,2	250	6
					Итого	**759,80**

Зав.производством
_____ / О.В.Мануйлова /