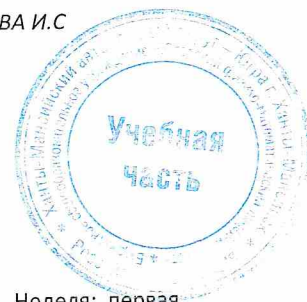


Исполнитель: ООО "Перспектива"  
Генеральный директор О.А. Кузнецова

*Кузнецова*

Согласованно: Ответственный за питание БОУ  
"Югорский физико-математический лицей-интернат"

*И.А. Атыпова* АТЫПОВА И.С.



## МЕНЮ

Дата: 02.06.2025г

День: понедельник

Неделя: первая

| № рецеп-туры   | Наименование блюд              | Выход, г   | Белки, г     | Жиры, г      | Углеводы, г   | Калорий-ность |
|----------------|--------------------------------|------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| <b>Завтрак</b> |                                |            |              |              |               |               |
| тк№166         | Хлеб/масло сливочное/повидло   | 60/10/20   | 6,69         | 9,00         | 32,11         | 225           |
| тк№62          | Каша рисовая молочная с маслом | 250        | 4,94         | 7,13         | 31,96         | 212           |
| тк№101         | Чай с сахаром и лимоном        | 210/5      | 0,06         | 0,01         | 9,27          | 37            |
| инстр№1        | Фрукт свежий                   | 100        | 0,4          | 0,4          | 9,8           | 47            |
| ТТК№170        | Кондитерские изделия           | 40         | 4,5          | 5,36         | 26,84         | 141           |
|                | <b>Итого:</b>                  | <b>705</b> | <b>16,59</b> | <b>21,9</b>  | <b>109,98</b> | <b>662</b>    |
| <b>Обед</b>    |                                |            |              |              |               |               |
| тк№ 77         | Салат из белокочанной капусты  | 100        | 1,4          | 5,1          | 8,9           | 88            |
| тк№8           | Суп лапша с курицей            | 250/10     | 5,05         | 5,8          | 13,9          | 120           |
| тк№4           | Плов по-узбекски с курицей     | 150/50     | 21,97        | 17,74        | 35,27         | 388           |
| тк№166         | ХЛЕБ                           | 60         | 5,11         | 1,69         | 26,66         | 142           |
| тк№102         | Напиток из шиповника           | 200        | 0,62         | 0,25         | 18,46         | 79            |
|                | <b>Итого:</b>                  | <b>910</b> | <b>34,15</b> | <b>30,58</b> | <b>103,19</b> | <b>817</b>    |
|                | <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>          | <b>910</b> | <b>50,74</b> | <b>52,48</b> | <b>213,17</b> | <b>1479</b>   |

Зав.производством: *Шинкоренко* ШИНКОРЕНКО А.С.



Кузнецова

Ислам ЛАТЫПОВА И.С.



Неделя: первая

День: вторник

| № рецеп-<br>туры | Наименование блюд                    | Выход, г   | Белки, г     | Жиры, г      | Углеводы, г   | Калорий-<br>ность |
|------------------|--------------------------------------|------------|--------------|--------------|---------------|-------------------|
|                  | <b>Завтрак</b>                       |            |              |              |               |                   |
| ткк№164          | Сыр полутвердых сортов (порционно)   | 30         | 7,89         | 7,98         | 0             | 105               |
| ткк№52           | Суп молочный с макаронными изделиями | 250        | 7            | 7,9          | 24,7          | 141               |
| ткк№98           | Какао с молоком                      | 200        | 2,11         | 2,26         | 12,91         | 80                |
| ткк№166          | Хлеб пшеничный в/с, хлеб ржаной      | 60         | 5,11         | 1,69         | 26,66         | 142               |
| ткк№170          | Кондитерские изделия                 | 40         | 4,5          | 5,36         | 26,84         | 141               |
| инстр№1          | Фрукт свежий                         | 100        | 0,4          | 0,4          | 9,8           | 47                |
|                  | <b>Итого:</b>                        | <b>740</b> | <b>27,01</b> | <b>25,59</b> | <b>100,91</b> | <b>656</b>        |
|                  | <b>Обед</b>                          |            |              |              |               |                   |
| ткк№21           | Салат из овощей с морской капустой   | 100        | 0,57         | 9,38         | 10,06         | 124               |
| ткк№12           | Солянка "Домашняя" со сметаной       | 250/10     | 6,34         | 9,00         | 9,25          | 168               |
| тк №78           | Кнели куриные паровые                | 100        | 22,87        | 10,38        | 5,03          | 205               |
| ткк№14           | Гречка отварная                      | 180        | 10,08        | 12,96        | 49,5          | 323               |
| ткк№111          | Компот из сухофруктов                | 200        | 0,75         | 0            | 21,8          | 90                |
| ткк№166          | Хлеб пшеничный в/с, хлеб ржаной      | 30/30      | 5,11         | 1,69         | 26,66         | 142               |
|                  | <b>Итого:</b>                        | <b>900</b> | <b>45,72</b> | <b>43,41</b> | <b>122,3</b>  | <b>1052</b>       |
|                  | <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>                | <b>900</b> | <b>72,73</b> | <b>69</b>    | <b>223,21</b> | <b>1709</b>       |



ШИНКОРЕНКО А.С



Утверждаю: Генеральный директор  
ООО Перспектива

Согласованно: Ответственный за питание БОУ  
"Югорский физико-математический лицей-интернат"

\_\_\_\_\_ О.А. Кузнецова

И.С. Латыпова И.С. Латыпова

*Кузнецова*



## МЕНЮ

Дата: 04.06.2025

День: среда

Неделя: первая

| № рецеп-туры   | Наименование блюд                 | Выход, г   | Белки, г     | Жиры, г      | Углеводы, г   | Калорий-ность |
|----------------|-----------------------------------|------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| <b>Завтрак</b> |                                   |            |              |              |               |               |
| акт к/п        | Хлеб/ВЕТЧИНА                      | 60/20      | 6,69         | 9,00         | 32,11         | 225           |
| ттк№58         | Каша молочная "Геркулес" с маслом | 250        | 6,53         | 8,69         | 31,29         | 229           |
| ттк№127        | Чай с сахаром                     | 210        | 0            | 0            | 9,38          | 38            |
| инстр№1        | Фрукт свежий                      | 150        | 2,3          | 0,8          | 31,5          | 144           |
| ТТК№170        | Кондитерские изделия              | 40         | 4,5          | 5,36         | 26,84         | 141           |
|                | <b>Итого:</b>                     | <b>690</b> | <b>20,02</b> | <b>23,85</b> | <b>131,12</b> | <b>777</b>    |
| <b>Обед</b>    |                                   |            |              |              |               |               |
| ттк№ 95        | Салат Степной                     | 100        | 1,7          | 10,3         | 8,2           | 132           |
| ттк№56         | Суп щи со сметаной                | 250/10     | 1,8          | 5,2          | 16,5          | 122           |
| ттк№8          | Котлета по-хлыновски              | 100        | 17,2         | 10,87        | 13,92         | 314           |
| ттк№131        | Каша перловая с овощами           | 180        | 4,37         | 4,41         | 30,64         | 180           |
| ттк№72         | Напиток из ягод или плодов        | 200        | 0,2          | 0,13         | 22,59         | 92            |
| ттк№166        | Хлеб пшеничный в/с, хлеб ржаной   | 60         | 5,11         | 1,69         | 26,66         | 142           |
|                | <b>Итого:</b>                     | <b>640</b> | <b>30,38</b> | <b>32,6</b>  | <b>118,51</b> | <b>982</b>    |
|                | <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>             | <b>650</b> | <b>50,4</b>  | <b>56,45</b> | <b>249,63</b> | <b>1759</b>   |

Зав.производством: \_\_\_\_\_



Исполнитель: ООО "Перспектива"  
Генеральный директор О.А. Кузнецова

Согласованно: Ответственный за питание БОУ  
И.С. Латыпова Латыпова И.С.

Кузнецова

## МЕНЮ



Дата: 05.06.2025г

День: четверг

Неделя: первая

| № рецеп-туры   | Наименование блюд                           | Выход, г   | Белки, г     | Жиры, г      | Углеводы, г   | Калорий-ность |
|----------------|---------------------------------------------|------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| <b>Завтрак</b> |                                             |            |              |              |               |               |
| ткк№164        | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ/СЫР                         | 20/30      | 7,89         | 7,98         | 0             | 105           |
| ткк№30/1       | Каша молочная "Дружба" (рис,пшено) с маслом | 250        | 5,04         | 7,31         | 27,51         | 196           |
| ткк№43/1       | Кофейный напиток с молоком                  | 200        | 1,47         | 1,57         | 12,88         | 71            |
| ткк№166        | Хлеб пшеничный в/с, хлеб ржаной             | 60         | 5,11         | 1,69         | 26,66         | 142           |
| ткк№170        | Кондитерские изделия                        | 40         | 4,5          | 5,36         | 26,84         | 141           |
| инстр№1        | Фрукт свежий                                | 100        | 0,4          | 0,4          | 9,8           | 47            |
|                | <b>Итого:</b>                               | <b>650</b> | <b>24,41</b> | <b>24,31</b> | <b>103,69</b> | <b>703</b>    |
| <b>Обед</b>    |                                             |            |              |              |               |               |
| ткк№20         | Салат из свеклы с яблоком                   | 100        | 1,1          | 7,1          | 9,87          | 108           |
| ткк№1          | Суп картофельный с крупой                   | 250        | 4,83         | 7,98         | 10,34         | 133           |
| ткк№ 16        | Гречка отварная                             | 180        | 3,6          | 9,18         | 28,62         | 218           |
| ткк№7          | Тефтели куриные/соус                        | 100/50     | 14,23        | 6,86         | 5,84          | 143           |
| ткк№166        | Хлеб пшеничный в/с, хлеб ржаной             | 30/30      | 5,11         | 1,69         | 26,66         | 142           |
| ткк№91         | Кисель из ягод                              | 200        | 0,21         | 0,13         | 27,37         | 112           |
|                | <b>Итого:</b>                               | <b>820</b> | <b>29,08</b> | <b>32,94</b> | <b>108,7</b>  | <b>856</b>    |
|                | <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>                       | <b>920</b> | <b>53,49</b> | <b>57,25</b> | <b>212,39</b> | <b>1559</b>   |

Зав.производством: И.С. Латыпова





Исполнитель: ООО "Перспектива"  
Генеральный директор О.А. Кузнецова

Согласованно: Ответственный за питание БОУ  
"Югорский физико-математический лицей-интернат"

*Кузнецова*

*И.И. Латыпова* Латыпова И.С.



## МЕНЮ

Дата: 06.06.2025г

День: пятница

Неделя: первая

| № рецеп-туры   | Наименование блюд                | Выход, г    | Белки, г     | Жиры, г      | Углеводы, г   | Калорий-ность |
|----------------|----------------------------------|-------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| <b>Завтрак</b> |                                  |             |              |              |               |               |
| ттк№70         | ХЛЕБ/МАСЛО/СГУЩЕНКА ВАРЕНАЯ      | 60/10/15    | 5,1          | 4,6          | 0,3           | 63            |
| ттк№60         | Каша пшеничная молочная с маслом | 250         | 7,13         | 7,3          | 36,48         | 240           |
| ттк№101        | Чай с сахаром и лимоном          | 210/5       | 0,06         | 0,01         | 9,27          | 37            |
| ттк№170        | Кондитерские изделия             | 40          | 4,5          | 5,36         | 26,84         | 141           |
| инстр№1        | Фрукт свежий                     | 150         | 0,6          | 0,6          | 14,7          | 71            |
|                | <b>Итого:</b>                    | <b>715</b>  | <b>17,39</b> | <b>17,87</b> | <b>87,59</b>  | <b>552</b>    |
| <b>Обед</b>    |                                  |             |              |              |               |               |
| ттк№34         | Винегрет овощной                 | 100         | 1,4          | 10,1         | 6,8           | 124           |
| ттк№86         | Суп крестьянский со сметаной     | 250/10      | 2,6          | 5,3          | 14,3          | 116           |
| ттк№2          | Птица тушеная в соусе            | 50/50       | 18,33        | 11,61        | 7,71          | 210           |
| тк№93          | макароны отварные                | 180         | 6,02         | 10,67        | 40,88         | 283           |
| ттк№139        | Компот из ягодной смеси          | 200         | 0,32         | 0,2          | 19,17         | 80            |
| ТТК№           | ХБЕБ                             | 60          | 5,11         | 1,69         | 26,66         | 142           |
|                | <b>Итого:</b>                    | <b>980</b>  | <b>33,78</b> | <b>39,57</b> | <b>115,52</b> | <b>955</b>    |
|                | <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>            | <b>1635</b> | <b>51,17</b> | <b>57,44</b> | <b>203,11</b> | <b>1507</b>   |

Зав.производством: *Шинкоренко А.С.* ШИНКОРЕНКО А.С.



Исполнитель: ООО "Перспектива"  
Генеральный директор О.А. Кузнецова

Согласованно: Ответственный за питание БОУ  
"Югорский физико-математический лицей-интернат"

*И.А. Латыпова* Латыпова И.С.

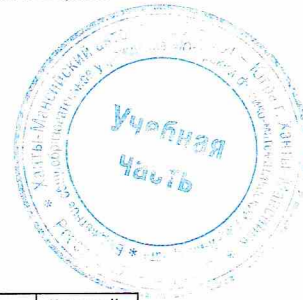
*Кузнецова*

## МЕНЮ

07.06.2025

День: суббота

Неделя: первая



| № рецеп-туры   | Наименование блюд                           | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорий-ность |
|----------------|---------------------------------------------|----------|----------|---------|-------------|---------------|
| Завтрак        |                                             |          |          |         |             |               |
| тк№28          | Омлет натуральный                           | 180      | 8,65     | 6,63    | 10,79       | 137           |
| тк№167         | Горошек зеленый отварной (консервированный) | 50       | 3,1      | 0,2     | 6,5         | 40            |
| тк№166         | Хлеб пшеничный в/с, хлеб ржаной/масло       | 60/10    | 5,11     | 1,69    | 26,66       | 142           |
| тк№100         | Чай с сахаром и молоком                     | 210      | 1,63     | 1,41    | 12,83       | 63            |
| ВТОРОЙ ЗАВТРАК |                                             |          |          |         |             |               |
| тк№170         | Кондитерские изделия                        | 40       | 4,5      | 5,36    | 26,84       | 141           |
| инстр№1        | Фрукт свежий                                | 100      | 0,4      | 0,4     | 9,8         | 47            |
| Итого:         |                                             | 580      | 23,39    | 15,69   | 93,42       | 570           |
| Обед           |                                             |          |          |         |             |               |
| тк№129         | Салат с крабовыми палочками                 | 100      | 6,41     | 10,06   | 5,17        | 137           |
| тк№23          | Свекольник со сметаной                      | 250/10   | 5,33     | 11,28   | 17          | 191           |
| тк№3           | Печень по-строгановски                      | 50/50    | 13,55    | 11,86   | 1,66        | 184           |
| тк№15          | Картофельное пюре                           | 180      | 3,78     | 8,1     | 26,28       | 196           |
| тк№111         | Компот из сухофруктов                       | 200      | 0,75     | 0       | 21,8        | 90            |
| тк№166         | Хлеб пшеничный в/с, хлеб ржаной             | 30/30    | 5,11     | 1,69    | 26,66       | 142           |
| Итого:         |                                             | 900      | 34,93    | 42,99   | 98,57       | 940           |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: |                                             |          | 58,32    | 58,68   | 191,99      | 1511          |

Зав.производством: *Шинкоренко* ШИНКОРЕНКО А.С.

