

ООО «Русскомплет Пит»
Утверждаю: Директор ООО

«Русскомплет Пит»

Часовитин В.С.

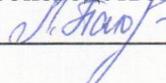
Согласовано : Отв. за питание БОУ
«Югорский физико – математический»
Лицей – интернат И.С. Латыпова

МЕНЮ

Для слушателей научной сессии
на 30.10.2023 года.

Наименование блюд	Масса порц.г.	Белки г.	Жиры г.	Углево-ды г.	Энерг.цен-ность калл.	Цена, руб.
Завтрак I						
Каша вязкая геркулес с маслом	250	9,6	12,1	55,7	370	40
Бутерброд с маслом и сыром	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						
Кондитерское изделие	60	1,72	1,51	43,25	189,0	20
Обед						
С-т «Душечка»	100	1,1	9	12,9	134	20
Щи со свежей капустой	250/20	3,64	2,8	23,52	151	50
Макароны отварные	180	15,09	19,44	11,52	315,3	24
Гнездышко с овощами	100	7,74	5,04	2,79	88,0	86
Соус сметано - томатный	50	0,54	1,47	2,1	24,03	5
Компот	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
Булочка	60	10,0	5,05	40,49	238,46	38
Ужин						
С-т «Морковь с яблоком»	100	3,24	20,16	19,1	272,88	40
Рис с овощами	180	6,6	0,78	47,21	227,2	50
Рыба запеченная	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

 /Л. В. Пахорукова/

