Подписано цифровой подписью: Богатырева Елена Александровна
DN: cn=Богатырева Елена Александровна, o=Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение "Центр образования г.Певек", ou, email=centr42@rambler.ru, c=RU
Дата: 2022.02.10 14:08:11 +12'00'

Утверждаю

И.о. директора МБОУ Центр образования г.Певек

Дата 10.02.2022 г.

Меню 7 – 11 лет

№	№ рецепта	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энер-кая ценность
				Б	Ж	У	
Завтрак							
1	56	Омлет натуральный с маслом сливочным	180/5	17,12	26,59	3,18	321,52
2	*	Хлеб пшеничный	60	4,98	0,78	28,86	136,20
3	47	Винегрет овощной (с репчатым луком)	80	1,09	4,95	6,75	75,84
4	13	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	14,00	28,00
5	34	Колбаса отварная	50	5,20	10,00	10,60	112,00
6							
7							
		Итого за завтрак	575	28,59	42,32	63,39	673,56
Обед							
1	63	Суп "Дальневосточный"	200	4,49	10,04	17,55	174,57
2	31	Жаркое по-домашнему	150	17,21	4,67	13,72	165,63
3	10	Компот из свежих плодов (яблоки)	200	0,20	0,20	22,30	110,00
4	*	Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	24,06	114,00
5	135	Салат витаминный	60	4,97	3,78	14,83	112,34
6							
7							
		Итого за обед	670	30,83	19,41	92,46	676,54
		Итого за день	1245	59,42	61,73	155,85	1350,10

Подписано цифровой подписью: Богатырева Елена Александровна
DN: cn=Богатырева Елена Александровна, o=Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение "Центр образования г.Певек", ou, email=centr42@rambler.ru, c=RU
Дата: 2022.02.10 14:08:32 +12'00'

Утверждаю

И.о. директора МБОУ Центр образования г.Певек

Дата 10.02.2022 г.

Меню 12 лет и старше

№	№ рецепта	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энер-кая ценность
				Б	Ж	У	
Завтрак							
1	56	Омлет натуральный с маслом сливочным	200/7	19,03	29,55	3,53	357,24
2	*	Хлеб пшеничный	60	4,98	0,78	28,86	136,20
3	47	Винегрет овощной (с репчатым луком)	100	1,36	6,18	8,44	94,80
4	13	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	14,00	28,00
5	34	Колбаса отварная	50	5,20	10,00	10,60	112,00
6							
7							
		Итого за завтрак	617	30,77	46,51	65,43	728,24
Обед							
1	63	Суп "Дальневосточный"	250	5,61	12,55	21,94	218,21
2	31	Жаркое по-домашнему	200	22,94	6,22	43,29	220,83
3	10	Компот из свежих плодов (яблоки)	200	0,20	0,20	22,30	110,00
4	*	Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	24,06	114,00
5	135	Салат витаминный	100	8,28	6,30	24,72	187,23
6							
7							
		Итого за обед	810	40,99	25,99	136,31	850,27
		Итого за день	1427	71,76	72,50	201,74	1578,51

Подписано цифровой подписью: Богатырева Елена Александровна
DN: cn=Богатырева Елена Александровна, o=Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение "Центр образования г.Певек", ou, email=centr42@rambler.ru, c=RU
Дата: 2022.02.10 14:08:45 +12'00'

Утверждаю

И.о. директора МБОУ Центр образования г.Певек

Дата 10.02.2022 г.

Меню интернат

№	№ рецепта	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энер-кая ценность
				Б	Ж	У	
Завтрак							
1	56	Омлет натуральный с маслом сливочным	200/7	19,03	29,55	3,53	357,24
2	*	Хлеб пшеничный	60	4,98	0,78	28,86	136,20
3	47	Винегрет овощной (с репчатым луком)	100	1,36	6,18	8,44	94,80
4	13	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	14,00	28,00
5	34	Колбаса отварная	50	5,20	10,00	10,60	112,00
6							
7							
		Итого за завтрак	617	30,77	46,51	65,43	728,24
Обед							
1	63	Суп "Дальневосточный"	250	5,61	12,55	21,94	218,21
2	31	Жаркое по-домашнему	200	22,94	6,22	43,29	220,83
3	10	Компот из свежих плодов (яблоки)	200	0,20	0,20	22,30	110,00
4	*	Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	24,06	114,00
5	135	Салат витаминный	100	8,28	6,30	24,72	187,23
6							
7							
		Итого за обед	810	40,99	25,99	136,31	850,27
Полдник							
1	100а	Запеканка со свежими плодами	200	6,20	10,62	56,75	268,69
2	12а	Кисель из свежих плодов	200	0,14	0,04	27,50	110,80
3							
4							
5							
		Итого за полдник	400	6,34	10,66	84,25	379,49
Ужин							
1	103	Рис отварной	150	8,72	14,60	75,00	447,70
2	13	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	14,00	28,00
3	*	Хлеб пшеничный	60	4,98	0,78	28,86	136,20
4	49	Салат из белокачанной капусты	60	0,85	3,05	5,41	52,44
5							
		Итого за ужин	470	14,75	18,43	123,27	664,34
2 ужин							
1	*	Сок	200	0,20	0,00	14,00	56,00
2	*	Хлеб пшеничный	60	4,98	0,78	28,86	136,20
3	54	Яйца вареные	1 шт	5,10	4,60	0,30	63,00
4							
5							
		Итого за 2 ужин	300	10,28	5,38	43,16	255,20
		Итого за день	2597	103,13	106,97	452,42	2877,54