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: 2022.02.12 10:26:28 +12'00'

Утверждаю

И.о. директора МБОУ Центр образования г.Певек

Дата 13.02.2022 г.

Меню интернат

№	№ рецепта	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энер-кая ценность
				Б	Ж	У	
Завтрак							
1	*	Хлеб пшеничный	60	4,98	0,78	28,86	136,20
2	59	Каша рассыпчатая рисовая с фруктами	200	7,43	12,57	57,59	373,32
3	13а	Чай с лимоном	200/15/7	4,51	1,14	7,71	57,33
4	124а	Мандарины	100	1,60	0,00	17,20	76,00
5							
6							
7							
		Итого за завтрак	582	18,52	14,49	111,36	642,85
Обед							
1	1	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250	7,29	5,70	16,99	148,50
2	21	Картофель отварной	180	3,43	5,18	27,62	170,82
3	*	Сок	200	0,20	0,00	14,00	56,00
4	*	Хлеб пшеничный	60	4,98	0,78	28,86	136,20
5	50	Салат из соленых огурцов с луком	100	0,86	5,11	2,61	59,80
6	39	Рыба тушеная в томатном соусе с овощами	75/75	13,87	7,85	6,53	150,00
7							
		Итого за обед	940	30,63	24,62	96,61	721,32
Полдник							
1	16	Молоко кипяченое	250	7,25	6,25	12,00	135,00
2	54	Булочка сдобная	100	7,10	3,87	45,96	235,75
3							
4							
5							
		Итого за полдник	350	14,35	10,12	57,96	370,75
Ужин							
1	13	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	14,00	28,00
2	47	Винегрет овощной (с репчатым луком)	140	1,90	8,65	11,82	132,72
3	29	Шницель	100	15,55	11,55	15,70	228,75
4	*	Хлеб пшеничный	60	4,98	0,78	28,86	136,20
5	124	Яблоки	100	0,60	0,60	14,70	70,50
		Итого за ужин	600	23,23	21,58	85,08	596,17
2 ужин							
1	12	Кисель из смеси сухофруктов	200	0,04	0,00	24,76	94,20
2	34а	Сосиски запеченые в тесте	100	5,86	9,95	1,35	116,96
3							
4							
5							
		Итого за 2 ужин	300	5,90	9,95	26,11	211,16
		Итого за день	2772	92,63	80,76	377,12	2542,25