Утверждаю

И.о. директора МБОУ Центр образования г.Певек

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: 2022.02.14 11:28:15 +12'00'

Дата 14.02.2022

Меню 7 – 11 лет

№	№ рецепта	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энер-кая ценность
				Б	Ж	У	
Завтрак							
1	40	Масло сливочное (порциями)	10	0,00	8,20	0,10	75,00
2	*	Хлеб пшеничный	60	4,98	0,78	28,86	136,20
3	117	Пудинг из творога (запеченный)	160	22,24	3,76	7,67	179,20
4	15	Какао с молоком	200	3,52	3,72	25,49	145,20
5	41	Сыр (порциями)	15	3,48	4,43	0,00	54,60
6	124	Груши	100	0,40	0,30	10,30	131,60
7							
		Итого за завтрак	545	34,62	21,19	72,42	721,80
Обед							
1	123	Свекольник	200	4,74	8,14	14,42	147,73
2	18	Каша рассыпчатая (пшеничная)	150	6,60	5,72	37,88	229,50
3	30	Гуляш	80/75	19,72	17,89	4,76	168,20
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	102	Компот из свежемороженых ягод	200	0,17	0,12	21,96	84,80
7							
		Итого за обед	685	37,07	37,76	110,49	826,23
		Итого за день	1230	71,69	58,95	182,91	1548,03

Утверждаю

И.о. директора МБОУ Центр образования г.Певек

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: 2022.02.14 11:28:29 +12'00'

Дата 14.02.2022

Меню 12 лет и старше

№	№ рецепта	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энер-кая ценность
				Б	Ж	У	
Завтрак							
1	40	Масло сливочное (порциями)	10	0,00	8,20	0,10	75,00
2	*	Хлеб пшеничный	60	4,98	0,78	28,86	136,20
3	117	Пудинг из творога (запеченный)	200	27,80	4,70	9,59	224,00
4	15	Какао с молоком	200	3,52	3,72	25,49	145,20
5	41	Сыр (порциями)	20	4,64	5,90	0,00	72,80
6	124	Груши	100	0,40	0,30	10,30	131,60
7							
		Итого за завтрак	590	41,34	23,60	74,34	784,80
Обед							
1	123	Свекольник	250	5,92	10,17	18,02	184,66
2	18	Каша рассыпчатая (пшеничная)	180	7,92	6,86	45,46	275,40
3	30	Гуляш	100/95	26,29	23,85	6,35	224,27
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	102	Компот из свежемороженых ягод	200	0,17	0,12	21,96	84,80
7							
		Итого за обед	985	46,14	46,89	123,26	965,13
		Итого за день	1575	87,48	70,49	197,60	1749,93

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: 2022.02.14 11:28:43 +12'00'

Утверждаю

И.о. директора МБОУ Центр образования г.Певек

Дата 14.02.2022

Меню интернат

№	№ рецепта	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энер-кая ценность
				Б	Ж	У	
Завтрак							
1	40	Масло сливочное (порциями)	10	0,00	8,20	0,10	75,00
2	*	Хлеб пшеничный	60	4,98	0,78	28,86	136,20
3	117	Пудинг из творога (запеченный)	200	27,80	4,70	9,59	224,00
4	15	Какао с молоком	200	3,52	3,72	25,49	145,20
5	41	Сыр (порциями)	20	4,64	5,90	0,00	72,80
6	124	Груши	100	0,40	0,30	10,30	131,60
7							
		Итого за завтрак	590	41,34	23,60	74,34	784,80
Обед							
1	123	Свекольник	250	5,92	10,17	18,02	184,66
2	18	Каша рассыпчатая (пшеничная)	180	7,92	6,86	45,46	275,40
3	30	Гуляш	100/95	26,29	23,85	6,35	224,27
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	102	Компот из свежемороженых ягод	200	0,17	0,12	21,96	84,80
7							
		Итого за обед	985	46,14	46,89	123,26	965,13
Полдник							
1	13а	Чай с лимоном	200/15/7	4,51	1,14	7,71	57,33
2	*	Хлеб пшеничный	40	3,32	0,52	19,24	90,80
3	100а	Запеканка со свежими плодами	150	4,65	7,97	42,56	201,52
4							
5							
		Итого за полдник	412	12,48	9,63	69,51	349,65
Ужин							
1	31	Жаркое по-домашнему	250	28,68	7,78	54,11	276,04
2	50	Салат из томатов в собственном соку	100	0,86	5,11	2,61	59,80
3	13	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	14,00	28,00
4	*	Хлеб пшеничный	40	3,32	0,52	19,24	90,80
5							
		Итого за ужин	590	33,06	13,41	89,96	454,64
2 ужин							
1	125	Оладья со сгущенным молоком	100/5	10,33	18,51	46,33	568,53
2	16а	Кефир	200	5,80	5,00	8,40	108,00
3							
4							
5							
		Итого за 2 ужин	305	16,13	23,51	54,73	676,53
		Итого за день	2882	149,15	117,04	411,80	3230,75