## Утверждаю

# И.о. директора МБОУ Центр образования г.Певек

# Дата 17.02.2022

# Меню 7 - 11 лет

No	№	Наименование блюда	Bec	Пищевые вещества			Энер-кая	
740	рецепта		блюда (г)	Б	Ж	У	ценность	
Завтрак								
1	40	Масло сливочное (порции)	10	0,00	8,20	0,10	75,00	
2	*	Хлеб пшеничный	60	4,98	0,78	28,86	136,20	
3	58	Суп молочный с крупой (с кукурузной крупой)	200	4,97	5,10	16,50	131,80	
4	15	Какао с молоком	200	3,52	3,72	25,49	145,20	
5	124	Яблоки	180	0,72	0,72	17,64	84,60	
6	34	Колбаса отварная	20	2,08	4,00	4,24	44,80	
7								
	Итого за завтрак			16,27	22,52	92,83	617,6	
Обед								
1	4	Суп картофельный	200	1,87	2,28	13,31	81,00	
2	18	Каша рассыпчатая (пшеничная)	150	6,60	5,72	37,88	229,50	
3	11	Компот из смеси сухофруктов	200	0,04	0,00	24,76	94,20	
4	*	Хлеб пшеничный	60	4,98	0,78	28,86	136,20	
5	48	Салат из свеклы	60	0,86	3,65	5,02	56,34	
6	30	Гуляш	80/75	12,55	12,99	4,01	182,25	
7								
		Итого за обед	825	26,90	25,42	113,84	779,49	
Итого за день 1495 43,17 47,94 206,67 1397,0						1397,09		

## Утверждаю

# И.о. директора МБОУ Центр образования г.Певек

# Дата 17.02.2022

# Меню 12 лет и старше

№	№ рецепта	Наименование блюда	Bec	Пищевые вещества			Энер-кая	
			блюда (г)	Б	Ж	У	ценность	
Завтрак								
1	40	Масло сливочное (порции)	10	0,00	8,20	0,10	75,00	
2	*	Хлеб пшеничный	60	4,98	0,78	28,86	136,20	
3	58	Суп молочный с крупой (с кукурузной крупой)	250	6,21	6,38	20,63	164,75	
4	15	Какао с молоком	200	3,52	3,72	25,49	145,20	
5	124	Яблоки	180	0,72	0,72	17,64	84,60	
6	34	Колбаса отварная	25	2,60	5,00	5,30	56,00	
7		•						
	Итого за завтрак			18,03	24,80	98,02	661,75	
		Обе	ед					
1	4	Суп картофельный	250	2,34	2,83	16,64	101,25	
2	18	Каша рассыпчатая (пшеничная)	180	7,92	6,86	45,45	275,40	
3	11	Компот из смеси сухофруктов	200	0,04	0,00	24,76	94,20	
4	*	Хлеб пшеничный	60	4,98	0,78	28,86	136,20	
5	48	Салат из свеклы	100	1,43	6,09	8,36	93,90	
6	30	Гуляш	100/95	12,55	12,99	4,01	182,25	
7								
	Итого за обед			29,26	29,55	128,08	883,20	
Итого за день   1710   47,29   54,35   226,10   1544,95						1544,95		

## Утверждаю

# И.о. директора МБОУ Центр образования г.Певек

# Дата 17.02.2022

# Меню интернат

),	№		Bec	Пищевые вещества			Энер-кая
$N_{\underline{0}}$	рецепта	Наименование блюда	блюда (г)	Б	Ж	У	ценность
		Завтј	эак				
1	40	Масло сливочное (порции)	10	0,00	8,20	0,10	75,00
2	*	Хлеб пшеничный	60	4,98	0,78	28,86	136,20
3	58	Суп молочный с крупой (с кукурузной крупой)	250	6,21	6,38	20,63	164,75
4	15	Какао с молоком	200	3,52	3,72	25,49	145,20
5	124	Яблоки	180	0,72	0,72	17,64	84,60
6	34	Колбаса отварная	25	2,60	5,00	5,30	56,00
7							
		Итого за завтрак	725	18,03	24,80	98,02	661,75
	Γ	Обе		Γ		ı	,
1	4	Суп картофельный	250	2,34	2,83	16,64	101,25
2	18	Каша рассыпчатая (пшеничная)	180	7,92	6,86	45,45	275,40
3	11	Компот из смеси сухофруктов	200	0,04	0,00	24,76	94,20
4	*	Хлеб пшеничный	60	4,98	0,78	28,86	136,20
5	48	Салат из свеклы	100	1,43	6,09	8,36	93,90
6	30	Гуляш	100/95	12,55	12,99	4,01	182,25
7							
		Итого за обед	985	29,26	29,55	128,08	883,20
	T	Полд		T		1	1
1	16	Молоко кипяченое	250	7,25	6,25	12,00	135,00
2	53	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
	T	Ужі		Т		1	1
1	24	Тефтели из печени с рисом	100/100	12,23	14,58	20,51	262,50
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	22	Капуста тушеная	250	4,63	12,95	57,53	355,88
5							
		Итого за ужин	710	22,04	28,31	120,90	782,58
		2 уж				I	1
1	*	Сок	200	0,20	0,00	14,00	56,00
2	*	Хлеб пшеничный	40	3,32	0,52	19,24	90,80
3	54	Яйца вареные	1 шт.	5,10	4,60	0,30	63,00
4							
5			200	0.75	~	22.71	200.00
		Итого за 2 ужин	280	8,62	5,12	33,54	209,80
		Итого за день	3050	92,30	97,90	438,50	2908,08