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: 2022.01.20 11:36:07 +12'00'

Утверждаю

И.о. директора МБОУ Центр образования г.Певек

Дата 20.01.2022 г.

Меню интернат

№	№ рецепта	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энер-кая ценность
				Б	Ж	У	
Завтрак							
1	33	Мясо отварное	50	14,23	1,91	0,28	75,00
2	*	Хлеб пшеничный	60	4,98	0,78	28,86	136,20
3	58	Суп молочный с крупой (с манной крупой)	200	5,21	5,08	16,42	132,20
4	13	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	14,00	28,00
5	116	Икра овощная (промышленного производства) (икра кабачковая)	60	5,40	3,21	51,43	0,60
6							
7							
		Итого за завтрак	570	30,02	10,98	110,99	372,00
Обед							
1	2	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,69	2,84	17,14	104,75
2	103	Рис отварной	180	10,47	17,53	90,00	537,24
3	12	Кисель 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	42	Салат из квашеной капусты	100	1,58	4,99	7,66	83,20
6	23	Печенка по-строгановски	50/55	17,43	11,64	7,10	162,31
7							
		Итого за обед	895	37,19	37,78	175,52	1117,90
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	200	6,20	10,62	56,75	268,69
4							
5							
		Итого за полдник	462	14,03	12,28	83,70	416,82
Ужин							
1	31	Жаркое по-домашнему	200	22,94	6,22	43,29	220,83
2	15	Какао с молоком	200	3,52	3,72	25,49	145,20
3	*	Хлеб пшеничный	60	4,98	0,78	28,86	136,20
4	50	Салат из солёных огурцов с луком	100	0,97	5,12	2,62	59,80
5							
		Итого за ужин	560	32,41	15,84	100,26	562,03
2 ужин							
1	34а	Сосиски, запеченные в тесте	100	5,86	9,95	1,35	116,96
2	15	Какао с молоком	200	3,52	3,72	25,49	145,20
3							
4							
5							
		Итого за 2 ужин	300	9,38	13,67	26,84	262,16
		Итого за день	2787	123,03	90,55	497,31	1730,91