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: 2022.02.19 14:48:48 +12'00'

Утверждаю

И.о. директора МБОУ Центр образования г.Певек

Дата 20.02.2022 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	40	Масло сливочное (порциями)	10	0,00	8,20	0,10	75,00
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							
6							
7							
		Итого за завтрак	470	13,47	17,80	70,95	488,20
Обед							
1	1	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250	7,29	5,70	16,99	148,50
2	21	Картофель отварной	150	2,86	4,32	23,02	142,35
3	39	Рыба тушеная в томатном соусе с овощами	75/75	13,87	7,85	6,53	150,00
4	*	Хлеб пшеничный	60	4,98	0,78	28,86	136,20
5	50	Салат из томатов в собственном соку	100	0,86	5,11	2,61	59,80
6	*	Сок	200	0,20	0,00	14,00	56,00
7							
		Итого за обед	910	30,06	23,76	92,01	692,85
Полдник							
1	12	Кисель из смеси сухофруктов	250	0,05	0,00	30,95	117,75
2	105	Сырники из творога со сметаной или сгущенным молоком	100/7	28,44	19,51	17,1	357,16
3							
4							
5							
		Итого за полдник	357	28,49	19,51	48,05	474,91
Ужин							
1	18	Каша рассыпчатая (пшеничная)	200	8,80	7,63	50,51	306,00
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	115	Икра овощная (промышленного производства) (икра кабачковая)	80	1,52	7,12	6,16	95,20
5	26	Котлеты рубленные из птицы	100	12,13	17,40	9,86	245,00
		Итого за ужин	640	27,63	32,93	109,39	810,40
2 ужин							
1	16(а)	Ряженка	200	5,8	5	8,4	108
2	*	Печенье	70	5,11	10,36	47,60	303,80
3							
4							
5							
		Итого за 2 ужин	270	10,91	15,36	56,00	411,80
		Итого за день	2647	110,56	109,36	376,40	2878,16