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: 2022.02.22 10:39:50 +12'00'

Утверждаю

И.о. директора МБОУ Центр образования г.Певек

Дата 23.02.2022

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	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	124	Яблоки	100	0,40	0,40	9,80	47,00
6							
7							
		Итого за завтрак	570	10,79	14,46	69,18	418,40
Обед							
1	123	Свекольник	250	5,92	10,17	18,02	184,66
2	121	Пюре из бобовых (гороха)	150	17,27	4,28	43,31	270,00
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	49	Салат из белокочанной капусты	60	0,85	3,05	5,41	52,44
6	30	Гуляш	80/75	19,72	17,89	4,76	168,20
7							
		Итого за обед	875	48,78	36,17	125,12	905,70
Полдник							
1	12а	Кисель из свежих плодов	200	0,14	0,04	27,50	110,80
2	*	Хлеб пшеничный	60	4,98	0,78	28,86	136,20
3	102а	Салат из моркови с яблоками	100	1,08	0,18	8,62	40,40
4							
5							
		Итого за полдник	360	6,20	1,00	64,98	287,40
Ужин							
1	18	Каша рассыпчатая (гречневая)	150	7,46	5,61	35,84	230,45
2	13а	Чай с лимоном	200/15/7	4,51	1,14	7,71	57,33
3	*	Хлеб пшеничный	60	4,98	0,78	28,86	136,20
4	115	Икра овощная (промышленного производства) (икра кабачковая)	60	0,60	5,40	3,21	51,43
5	26	Котлеты рубленные из птицы	80	9,70	13,92	7,89	196,00
		Итого за ужин	572	27,25	26,85	83,51	671,41
2 ужин							
1	14	Чай с молоком	200	1,40	1,60	16,40	86,00
2	54	Яйца вареные	1 шт	5,10	4,60	0,30	63,00
3	*	Хлеб пшеничный	40	3,32	0,52	19,24	90,80
4							
5							
		Итого за 2 ужин	280	9,82	6,72	35,94	239,80
		Итого за день	2657	102,84	85,20	378,73	2522,71