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: 2022.02.24 10:40:37 +12'00'

Утверждаю

И.о. директора МБОУ Центр образования г.Певек

Дата 24.02.2022

Меню 7 – 11 лет

№	№ рецепта	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энер-кая ценность
				Б	Ж	У	
Завтрак							
1	43	Салат из кукурузы (консервированной)	60	1,73	3,71	4,82	59,58
2	*	Хлеб пшеничный	60	4,98	0,78	28,86	136,20
3	20	Пюре картофельное	150	3,06	4,80	20,45	137,25
4	12	Кисель из смеси сухофруктов	200	0,04	0,00	24,76	94,20
5	36	Котлеты рыбные запеченные	50	6,65	2,35	4,79	66,88
6							
7							
		Итого за завтрак	520	16,46	11,64	83,68	494,11
Обед							
1	6	Суп из овощей	200	1,68	5,98	9,35	98,37
2	26	Плов из птицы	210	20,30	17,00	35,69	377,00
3	102	Компот из свежемороженых ягод	200	0,17	0,12	21,96	84,80
4	*	Хлеб пшеничный	60	4,98	0,78	28,86	136,20
5	44	Салат из свеклы с зеленым горошком	60	1,00	2,51	4,91	46,26
6							
7							
		Итого за обед	730	28,13	26,39	100,77	742,63
		Итого за день	1250	44,59	38,03	184,45	1236,74

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: 2022.02.24 10:40:52 +12'00'

Утверждаю

И.о. директора МБОУ Центр образования г.Певек

Дата 24.02.2022

Меню 12 лет и старше

№	№ рецепта	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энер-кая ценность
				Б	Ж	У	
Завтрак							
1	43	Салат из кукурузы (консервированной)	100	2,88	6,18	8,03	99,30
2	*	Хлеб пшеничный	60	4,98	0,78	28,86	136,20
3	20	Пюре картофельное	180	3,67	5,76	24,53	164,70
4	12	Кисель из смеси сухофруктов	200	0,04	0,00	24,76	94,20
5	36	Котлеты рыбные запеченные	80	10,64	3,76	7,67	107,00
6							
7							
		Итого за завтрак	620	22,21	16,48	93,85	601,40
Обед							
1	6	Суп из овощей	250	2,10	7,48	11,69	122,96
2	26	Плов из птицы	210	20,30	17,00	35,69	377,00
3	102	Компот из свежемороженых ягод	200	0,17	0,12	21,96	84,80
4	*	Хлеб пшеничный	60	4,98	0,78	28,86	136,20
5	44	Салат из свеклы с зеленым горошком	100	1,65	4,18	8,19	77,10
6							
7							
		Итого за обед	820	29,20	29,56	106,39	798,06
		Итого за день	1440	51,41	46,04	200,24	1399,46

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: 2022.02.24 10:41:04 +12'00'

Утверждаю

И.о. директора МБОУ Центр образования г.Певек

Дата 24.02.2022

Меню интернат

№	№ рецепта	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энер-кая ценность
				Б	Ж	У	
Завтрак							
1	43	Салат из кукурузы (консервированной)	100	2,88	6,18	8,03	99,30
2	*	Хлеб пшеничный	60	4,98	0,78	28,86	136,20
3	20	Пюре картофельное	180	3,67	5,76	24,53	164,70
4	12	Кисель из смеси сухофруктов	200	0,04	0,00	24,76	94,20
5	36	Котлеты рыбные запеченные	80	10,64	3,76	7,67	107,00
6							
7							
		Итого за завтрак	620	22,21	16,48	93,85	601,40
Обед							
1	6	Суп из овощей	250	2,10	7,48	11,69	122,96
2	26	Плов из птицы	210	20,30	17,00	35,69	377,00
3	102	Компот из свежемороженых ягод	200	0,17	0,12	21,96	84,80
4	*	Хлеб пшеничный	60	4,98	0,78	28,86	136,20
5	44	Салат из свеклы с зеленым горошком	100	1,65	4,18	8,19	77,10
6							
7							
		Итого за обед	820	29,20	29,56	106,39	798,06
Полдник							
1	13	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	14,00	28,00
2	*	Хлеб пшеничный	40	3,32	0,52	19,24	90,80
3	41	Сыр (порциями)	15	3,48	4,43	0,00	54,60
4	124	Яблоки	100	0,40	0,40	9,80	47,00
5							
		Итого за полдник	355	7,40	5,35	43,04	220,40
Ужин							
1	18	Каша рассыпчатая (пшенная)	180	7,92	6,86	45,45	275,40
2	13а	Чай с лимоном	200/15/7	4,51	1,14	7,71	57,33
3	*	Хлеб пшеничный	40	3,32	0,52	19,24	90,80
4	50	Салат из томатов в собственном соку	80	0,72	5,38	2,69	62,00
5	33	Мясо отварное	50	14,23	1,91	0,28	75,00
		Итого за ужин	572	30,70	15,81	75,37	560,53
2 ужин							
1	16а	Кефир	200	5,80	5,00	8,00	106,00
2	54	Булочка сдобная	100	7,10	3,87	45,96	235,75
3							
4							
5							
		Итого за 2 ужин	300	12,90	8,87	53,96	341,75
		Итого за день	2667	102,41	76,07	372,61	2522,14