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: 2022.02.26 14:48:53 +12'00'

Утверждаю

И.о. директора МБОУ Центр образования г.Певек

Дата 27.02.2022 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	59	Каша рассыпчатая рисовая с фруктами	200	7,43	12,57	57,59	373,32
3	13а	Чай с лимоном	200/15/7	4,51	1,14	7,71	57,33
4	124	Яблоки	100	0,40	0,40	9,80	47,00
5							
6							
7							
		Итого за завтрак	582	17,32	14,89	103,96	613,85
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	*	Сок	200	0,20	0,00	14,00	56,00
4	*	Хлеб пшеничный	60	4,98	0,78	28,86	136,20
5	50	Салат из соленых огурцов с луком	60	0,52	3,07	1,57	35,88
6	39	Рыба тушеная в томатном соусе с овощами	75/75	13,87	7,85	6,53	150,00
7							
		Итого за обед	870	29,72	21,72	90,97	668,93
Полдник							
1	54	Булочка сдобная	100	7,10	3,87	45,96	235,75
2	16	Молоко кипяченое	250	7,25	6,25	12,00	135,00
3							
4							
5							
		Итого за полдник	350	14,35	10,12	57,96	370,75
Ужин							
1	47	Винегрет овощной (с репчатым луком)	100	1,36	6,18	8,44	94,80
2	29	Шницель	80	12,44	9,24	12,56	183,00
3	13	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	14,00	28,00
4	*	Хлеб пшеничный	60	4,98	0,78	28,86	136,20
5	124	Яблоки	100	0,40	0,40	9,80	47,00
		Итого за ужин	540	19,38	16,60	73,66	489,00
2 ужин							
1	12	Кисель из смеси сухофруктов	200	0,04	0,00	24,76	94,20
2	34а	Сосиски запеченные в тесте	100	5,86	9,95	1,35	116,96
3							
4							
5							
		Итого за 2 ужин	300	5,90	9,95	26,11	211,16
		Итого за день	2642	86,67	73,28	352,66	2353,69