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: 2022.03.02 15:11:02 +12'00'

Утверждаю

И.о. директора МБОУ Центр образования г.Певек

Дата 02.03.2022

Меню 7 – 11 лет

№	№ рецепта	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энер-кая ценность
				Б	Ж	У	
Завтрак							
1	41	Сыр (порциями)	15	3,48	4,43	0,00	54,60
2	*	Хлеб пшеничный	60	4,98	0,78	28,86	136,20
3	117	Пудинг из творога (запеченный)	160	22,24	3,76	7,67	179,20
4	15	Какао с молоком	200	3,52	3,72	25,49	145,20
5							
6							
7							
		Итого за завтрак	435	34,22	12,69	62,02	515,20
Обед							
1	123	Свекольник	200	4,74	8,14	14,42	147,73
2	18	Каша рассыпчатая (пшеничная)	150	6,60	5,72	37,88	229,50
3	25	Птица тушеная	80/80	17,65	14,58	4,70	221,00
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	1,56	35,88
6	102	Компот из свежемороженых ягод	200	0,17	0,12	21,96	84,80
7							
		Итого за обед	830	34,66	32,41	109,38	855,11
		Итого за день	1265	68,88	45,10	171,40	1370,31

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: 2022.03.02 15:11:14 +12'00'

Утверждаю

И.о. директора МБОУ Центр образования г.Певек

Дата 02.03.2022

Меню 12 лет и старше

№	№ рецепта	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энер-кая ценность
				Б	Ж	У	
Завтрак							
1	41	Сыр (порциями)	20	4,64	5,90	0,00	72,80
2	*	Хлеб пшеничный	60	4,98	0,78	28,86	136,20
3	117	Пудинг из творога (запеченный)	200	27,80	4,70	9,59	224,00
4	15	Какао с молоком	200	3,52	3,72	25,49	145,20
5							
6							
7							
		Итого за завтрак	480	40,94	15,10	63,94	578,20
Обед							
1	123	Свекольник	250	5,92	10,17	18,02	184,66
2	18	Каша рассыпчатая (пшеничная)	180	7,92	6,86	45,46	275,40
3	25	Птица тушеная	100/100	22,06	18,23	5,88	276,25
4	*	Хлеб пшеничный	60	4,98	0,78	28,86	136,20
5	50	Салат из соленых огурцов с луком	100	0,86	5,11	2,61	59,80
6	102	Компот из свежемороженых ягод	200	0,17	0,12	21,96	84,80
7							
		Итого за обед	990	41,91	41,27	122,79	1017,11
		Итого за день	1470	82,85	56,37	186,73	1595,31

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: 2022.03.02 15:11:27 +12'00'

Утверждаю

И.о. директора МБОУ Центр образования г.Певек

Дата 02.03.2022

Меню интернат

№	№ рецепта	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энер-кая ценность
				Б	Ж	У	
Завтрак							
1	41	Сыр (порциями)	20	4,64	5,90	0,00	72,80
2	*	Хлеб пшеничный	60	4,98	0,78	28,86	136,20
3	117	Пудинг из творога (запеченный)	200	27,80	4,70	9,59	224,00
4	15	Какао с молоком	200	3,52	3,72	25,49	145,20
5							
6							
7							
		Итого за завтрак	480	40,94	15,10	63,94	578,20
Обед							
1	123	Свекольник	250	5,92	10,17	18,02	184,66
2	18	Каша рассыпчатая (пшеничная)	180	7,92	6,86	45,46	275,40
3	25	Птица тушеная	100/100	22,06	18,23	5,88	276,25
4	*	Хлеб пшеничный	60	4,98	0,78	28,86	136,20
5	50	Салат из соленых огурцов с луком	100	0,86	5,11	2,61	59,80
6	102	Компот из свежемороженых ягод	200	0,17	0,12	21,96	84,80
7							
		Итого за обед	990	41,91	41,27	122,79	1017,11
Полдник							
1	13а	Чай с лимоном	200/15/7	4,51	1,14	7,71	57,33
2	105	Сырники из творога	150/10	28,44	19,51	17,10	357,16
3							
4							
5							
		Итого за полдник	382	32,95	20,65	24,81	414,49
Ужин							
1	31а	Рагу из овощей	220	3,36	16,13	21,18	243,47
2	33	Мясо отварное	80	22,76	3,06	0,45	120,00
3							
4							
5							
		Итого за ужин	300	26,12	19,19	21,63	363,47
2 ужин							
1	125	Оладья со сгущенным молоком	100/5	10,33	18,51	46,33	568,53
2	16а	Кефир	286	8,29	7,15	11,44	151,58
3							
4							
5							
		Итого за 2 ужин	391	18,62	25,66	57,77	720,11
		Итого за день	2543	160,54	121,87	290,94	3093,38