Утверждаю

И.о. директора МБОУ Центр образования г.Певек

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: 2022.03.07 17:36:00 +12'00'

Дата 07.03.2022

Меню 7 – 11 лет

№	№ рецепта	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энер-кая ценность
				Б	Ж	У	
Завтрак							
1	124	Яблоки	120	0,48	0,48	11,76	56,40
2	*	Хлеб пшеничный	60	4,98	0,78	28,86	136,20
3	117	Пудинг из творога (запеченный)	150	20,85	3,53	7,19	168,00
4	12	Кисель из смеси сухофруктов	200	0,04	0,00	24,76	94,20
5	64	Соус сметанный	30	0,63	6,00	9,88	94,86
6							
7							
		Итого за завтрак	560	26,98	10,79	82,45	549,66
Обед							
1	4а	Суп картофельный с бобовыми	200	4,39	4,22	13,06	107,80
2	116	Голубцы ленивые	100	8,71	6,05	9,25	125,63
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	50	Салат из томатов в собственном соку	60	0,52	3,07	1,57	35,88
6							
7							
		Итого за обед	620	18,77	14,24	74,70	490,31
		Итого за день	1180	45,75	25,03	157,15	1039,97

Утверждаю

И.о. директора МБОУ Центр образования г.Певек

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: 2022.03.07 17:36:20 +12'00'

Дата 07.03.2022

Меню 12 лет и старше

№	№ рецепта	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энер-кая ценность
				Б	Ж	У	
Завтрак							
1	124	Яблоки	120	0,48	0,48	11,76	56,40
2	*	Хлеб пшеничный	60	4,98	0,78	28,86	136,20
3	117	Пудинг из творога (запеченный)	150	20,85	3,53	7,19	168,00
4	12	Кисель из смеси сухофруктов	200	0,04	0,00	24,76	94,20
5	64	Соус сметанный	30	0,63	6,00	9,88	94,86
6							
7							
		Итого за завтрак	560	26,98	10,79	82,45	549,66
Обед							
1	4а	Суп картофельный с бобовыми	250	5,49	5,28	16,33	134,75
2	116	Голубцы ленивые	200	17,42	12,10	18,50	251,26
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	50	Салат из томатов в собственном соку	100	0,86	5,11	2,61	59,80
6							
7							
		Итого за обед	810	28,92	23,39	88,26	666,81
		Итого за день	1370	55,90	34,18	170,71	1216,47

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: 2022.03.07 17:36:41 +12'00'

Утверждаю

И.о. директора МБОУ Центр образования г.Певек

Дата 07.03.2022

Меню интернат

№	№ рецепта	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энер-кая ценность
				Б	Ж	У	
Завтрак							
1	124	Яблоки	120	0,48	0,48	11,76	56,40
2	*	Хлеб пшеничный	60	4,98	0,78	28,86	136,20
3	117	Пудинг из творога (запеченный)	150	20,85	3,53	7,19	168,00
4	12	Кисель из смеси сухофруктов	200	0,04	0,00	24,76	94,20
5	64	Соус сметанный	30	0,63	6,00	9,88	94,86
6							
7							
		Итого за завтрак	560	26,98	10,79	82,45	549,66
Обед							
1	4а	Суп картофельный с бобовыми	250	5,49	5,28	16,33	134,75
2	116	Голубцы ленивые	200	17,42	12,10	18,50	251,26
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	50	Салат из томатов в собственном соку	100	0,86	5,11	2,61	59,80
6							
7							
		Итого за обед	810	28,92	23,39	88,26	666,81
Полдник							
1	14	Чай с молоком	200	1,40	1,60	16,40	86,00
2	125	Оладья со сгущенным молоком	100/5	10,33	18,51	46,33	568,53
3	124	Яблоки	100	0,40	0,40	9,80	47,00
4							
5							
		Итого за полдник	405	12,13	20,51	72,53	701,53
Ужин							
1	19	Макаронные изделия отварные	180	6,62	5,42	21,73	202,14
2	28	Фрикадельки в томатно-сметанном соусе	75/75	13,98	15,67	18,29	202,50
3	13а	Чай с лимоном	200/15/7	4,51	1,14	7,71	57,33
4	*	Хлеб пшеничный	60	4,98	0,78	28,86	136,20
5	115	Икра овощная (промышленного производства) (икра кабачковая)	60	0,60	5,40	3,21	51,43
		Итого за ужин	672	30,69	28,41	79,80	649,60
2 ужин							
1	13	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	14,00	28,00
2	34	Сосиски отварные	80	8,32	16,00	16,96	179,20
3	*	Хлеб пшеничный	40	3,32	0,52	19,24	90,80
4							
5							
		Итого за 2 ужин	320	11,84	16,52	50,20	298,00
		Итого за день	2767	110,56	99,62	373,24	2865,60