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: 2022.03.12 15:16:43 +12'00'

Утверждаю

И.о. директора МБОУ Центр образования г.Певек

Дата 13.03.2022

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	124	Яблоки	100	0,40	0,40	9,80	47,00
6							
7							
		Итого за завтрак	580	41,34	15,50	73,74	625,20
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	30	Гуляш	100/95	26,29	23,85	6,35	224,27
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	102	Компот из свежемороженых ягод	200	0,17	0,12	21,96	84,80
7							
		Итого за обед	945	45,80	44,85	122,22	941,21
Полдник							
1	13а	Чай с лимоном	200/15/7	4,51	1,14	7,71	57,33
2	91	Пирожки с яблоками	100	4,33	2,25	38,72	192,50
3							
4							
5							
		Итого за полдник	322	8,84	3,39	46,43	249,83
Ужин							
1	31а	Рагу из овощей	220	3,36	16,13	21,18	243,47
2	24	Тефтели из печени с рисом	100/100	12,23	14,58	20,51	262,5
3	13	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	14,00	28,00
4	115	Икра овощная (промышленного производства) (икра кабачковая)	100	1,00	9,00	5,36	85,72
5							
		Итого за ужин	720	16,79	39,71	61,05	619,69
2 ужин							
1	54	Булочка сдобная	100	7,10	3,87	45,96	235,75
2	16	Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	108,00
3							
4							
5							
		Итого за 2 ужин	300	12,90	8,87	55,56	343,75
		Итого за день	2867	125,67	112,32	359,00	2779,68