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: 2022.03.23 18:16:58 +12'00'

Дата 23.03.2022

Меню интернат

№	№ рецепта	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энер-кая ценность
				Б	Ж	У	
Завтрак							
1	40	Масло сливочное (порциями)	10	0,00	8,20	0,10	75,00
2	*	Хлеб пшеничный	60	4,98	0,78	28,86	136,20
3	122	Вареники ленивые отварные	200	24,37	9,72	73,70	461,65
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	500	30,02	24,70	137,30	861,91
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	117	Коктейль молочный	200	8,75	8,13	24,95	198,00
2	125	Оладья со сгущенным молоком	100/5	10,33	18,51	46,33	568,53
3	124	Яблоки	145	0,58	0,58	14,21	68,15
4							
5							
		Итого за полдник	450	19,66	27,22	85,49	834,68
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)	80	1,52	7,12	6,16	95,20
		Итого за ужин	692	31,61	30,13	82,75	693,37
2 ужин							
1	14	Чай с молоком	200	1,40	1,60	16,40	86,00
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	13,04	18,12	52,60	356,00
		Итого за день	2772	123,25	123,56	446,40	3412,77