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: 2022.03.25 14:34:53 +12'00'

Дата 25.03.2022

Меню 7 – 11 лет

№	№ рецепта	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энер-кая ценность
				Б	Ж	У	
Завтрак							
1	34	Колбаса отварная	60	6,24	12,00	12,72	134,40
2	*	Хлеб пшеничный	60	4,98	0,78	28,86	136,20
3	58	Суп молочный с крупой (с кукурузной крупой)	200	4,97	5,10	16,50	131,80
4	15	Какао с молоком	200	3,52	3,72	25,49	145,20
5	124	Яблоки	160	0,64	0,64	15,68	75,20
6							
7							
		Итого за завтрак	680	20,35	22,24	99,25	622,80
Обед							
1	4	Суп картофельный	200	1,87	2,26	13,31	81,00
2	18	Каша рассыпчатая (пшенная)	150	6,60	5,72	37,88	229,50
3	11	Компот из смеси сухофруктов	200	0,04	0,00	24,76	94,20
4	*	Хлеб пшеничный	60	4,98	0,78	28,86	136,20
5	110	Салат из свежих огурцов	40	0,31	2,43	0,95	26,92
6	30	Гуляш	80/75	19,72	17,89	4,76	168,20
7							
		Итого за обед	805	33,52	29,08	110,52	736,02
		Итого за день	1485	53,87	51,32	209,77	1358,82

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: 2022.03.25 14:35:11 +12'00'

Дата 25.03.2022

Меню 12 лет и старше

№	№ рецепта	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энер-кая ценность
				Б	Ж	У	
Завтрак							
1	34	Колбаса отварная	60	6,24	12,00	12,72	134,40
2	*	Хлеб пшеничный	60	4,98	0,78	28,86	136,20
3	58	Суп молочный с крупой (с кукурузной крупой)	250	6,21	6,38	20,63	164,75
4	15	Какао с молоком	200	3,52	3,72	25,49	145,20
5	124	Яблоки	160	0,64	0,64	15,68	75,20
6							
7							
		Итого за завтрак	730	21,59	23,52	103,38	655,75
Обед							
1	4	Суп картофельный	250	2,34	2,83	16,64	101,25
2	18	Каша рассыпчатая (пшенная)	180	7,92	6,86	45,45	275,40
3	11	Компот из смеси сухофруктов	200	0,04	0,00	24,76	94,20
4	*	Хлеб пшеничный	60	4,98	0,78	28,86	136,20
5	110	Салат из свежих огурцов	60	0,46	3,65	1,43	40,38
6	30	Гуляш	100/95	12,55	12,99	4,01	182,25
7							
		Итого за обед	945	28,29	27,11	121,15	829,68
		Итого за день	1675	49,88	50,63	224,53	1485,43

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: 2022.03.25 14:35:36 +12'00'

Дата 25.03.2022

Меню интернат

№	№ рецепта	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энер-кая ценность
				Б	Ж	У	
Завтрак							
1	34	Колбаса отварная	60	6,24	12,00	12,72	134,40
2	*	Хлеб пшеничный	60	4,98	0,78	28,86	136,20
3	58	Суп молочный с крупой (с кукурузной крупой)	250	6,21	6,38	20,63	164,75
4	15	Какао с молоком	200	3,52	3,72	25,49	145,20
5	124	Яблоки	160	0,64	0,64	15,68	75,20
6							
7							
		Итого за завтрак	730	21,59	23,52	103,38	655,75
Обед							
1	4	Суп картофельный	250	2,34	2,83	16,64	101,25
2	18	Каша рассыпчатая (пшенная)	180	7,92	6,86	45,45	275,40
3	11	Компот из смеси сухофруктов	200	0,04	0,00	24,76	94,20
4	*	Хлеб пшеничный	60	4,98	0,78	28,86	136,20
5	110	Салат из свежих огурцов	60	0,46	3,65	1,43	40,38
6	30	Гуляш	100/95	12,55	12,99	4,01	182,25
7							
		Итого за обед	945	28,29	27,11	121,15	829,68
Полдник							
1	16	Молоко кипяченое	250	7,25	6,25	12,00	135,00
2	53	Булочка сдобная	100	7,10	3,87	45,96	235,75
3							
4							
5							
		Итого за полдник	350	14,35	10,12	57,96	370,75
Ужин							
1	24	Тефтели из печени с рисом	100/100	12,23	14,58	20,51	262,50
2	13	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	14,00	28,00
3	*	Хлеб пшеничный	60	4,98	0,78	28,86	136,20
4	22	Капуста тушеная	250	4,63	12,95	57,53	355,88
5							
		Итого за ужин	710	22,04	28,31	120,90	782,58
2 ужин							
1	*	Сок	200	0,20	0,00	14,00	56,00
2	*	Хлеб пшеничный	40	3,32	0,52	19,24	90,80
3	54	Яйца вареные	1 шт.	5,10	4,60	0,30	63,00
4							
5							
		Итого за 2 ужин	280	8,62	5,12	33,54	209,80
		Итого за день	3015	94,89	94,18	436,93	2848,56