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: 2022.04.01 13:47:11 +12'00'

Дата 03.04.2022 г.

Меню интернат

№	№ рецепта	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энер-кая ценность
				Б	Ж	У	
Завтрак							
1	*	Хлеб пшеничный	60	4,98	0,78	28,86	136,20
2	59	Каша рассыпчатая рисовая с фруктами	200	7,43	12,57	57,59	373,32
3	13а	Чай с лимоном	200/15/7	4,51	1,14	7,71	57,33
4	124	Яблоки	175	0,70	0,70	17,15	82,25
5							
6							
7							
		Итого за завтрак	657	17,62	15,19	111,31	649,10
Обед							
1	1	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250	7,29	5,70	16,99	148,50
2	21	Картофель отварной	180	3,43	5,18	27,62	170,82
3	*	Сок	200	0,20	0,00	14,00	56,00
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	39	Рыба тушеная в томатном соусе с овощами	75/75	13,87	7,85	6,53	150,00
7							
		Итого за обед	940	30,63	24,62	96,61	721,32
Полдник							
1	54	Булочка сдобная	100	7,10	3,87	45,96	235,75
2	16	Молоко кипяченое	250	7,25	6,25	12,00	135,00
3							
4							
5							
		Итого за полдник	350	14,35	10,12	57,96	370,75
Ужин							
1	47	Винегрет овощной (с репчатым луком)	140	1,90	8,65	11,82	132,72
2	29	Шницель	100	15,55	11,55	15,70	228,75
3	13	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	14,00	28,00
4	*	Хлеб пшеничный	60	4,98	0,78	28,86	136,20
5	*	Печенье	116	8,47	17,17	78,88	503,44
		Итого за ужин	616	31,10	38,15	149,26	1029,11
2 ужин							
1	12	Кисель из смеси сухофруктов	200	0,04	0,00	24,76	94,20
2	34а	Сосиски запеченные в тесте	100	5,86	9,95	1,35	116,96
3							
4							
5							
		Итого за 2 ужин	300	5,90	9,95	26,11	211,16
		Итого за день	2863	99,60	98,03	441,25	2981,44