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: 2022.04.08 11:01:50 +12'00'

Дата 08.04.2022

Меню 7 – 11 лет

№	№ рецепта	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энер-кая ценность
				Б	Ж	У	
Завтрак							
1	58	Суп молочный с крупой (с пшеном)	200	5,80	5,48	18,57	164,80
2	*	Хлеб пшеничный	60	4,98	0,78	28,86	136,20
3	34	Сардельки отварные	100	10,40	20,00	21,20	224,00
4	13	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	14,00	28,00
5	45	Салат из зеленого горошка	80	2,38	4,15	5,00	66,88
6							
7							
		Итого за завтрак	640	23,76	30,41	87,63	619,88
Обед							
1	7	Суп с рыбными консервами	200	6,89	6,72	11,47	133,80
2	18	Каша рассыпчатая (гречневая)	150	7,46	5,61	35,84	230,45
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	25	Птица тушеная	80/80	17,65	14,58	4,70	221,00
6	42	Салат из квашеной капусты	80	1,26	3,99	6,12	66,56
7							
		Итого за обед	850	38,28	31,68	111,75	882,21
		Итого за день	1490	62,04	62,09	199,38	1502,09

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: 2022.04.08 11:02:04 +12'00'

Дата 08.04.2022

Меню 12 лет и старше

№	№ рецепта	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энер-кая ценность
				Б	Ж	У	
Завтрак							
1	34	Сардельки отварные	120	12,48	24,00	25,44	268,80
2	*	Хлеб пшеничный	60	4,98	0,78	28,86	136,20
3	58	Суп молочный с крупой (с пшеном)	250	7,25	6,85	23,21	183,50
4	13	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	14,00	28,00
5	45	Салат из зеленого горошка	100	2,98	5,19	6,25	83,60
6							
7							
		Итого за завтрак	730	27,89	36,82	97,76	700,10
Обед							
1	7	Суп с рыбными консервами	250	8,61	8,40	14,34	167,25
2	18	Каша рассыпчатая (гречневая)	180	8,95	6,73	43,01	276,54
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	25	Птица тушеная	100/100	22,06	18,23	5,88	276,25
6	42	Салат из квашеной капусты	100	1,58	4,99	7,66	83,20
7							
		Итого за обед	990	46,22	39,13	124,51	1033,64
		Итого за день	1720	74,11	75,95	222,27	1733,74

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: 2022.04.08 11:02:17 +12'00'

Утверждаю

И.о. директора МБОУ Центр образования г.Певек

Дата 08.04.2022

Меню интернат

№	№ рецепта	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энер-кая ценность
				Б	Ж	У	
Завтрак							
1	34	Сардельки отварные	120	12,48	24,00	25,44	268,80
2	*	Хлеб пшеничный	60	4,98	0,78	28,86	136,20
3	58	Суп молочный с крупой (с пшеном)	250	7,25	6,85	23,21	183,50
4	13	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	14,00	28,00
5	45	Салат из зеленого горошка	100	2,98	5,19	6,25	83,60
6							
7							
		Итого за завтрак	730	27,89	36,82	97,76	700,10
Обед							
1	7	Суп с рыбными консервами	250	8,61	8,40	14,34	167,25
2	18	Каша рассыпчатая (гречневая)	180	8,95	6,73	43,01	276,54
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	25	Птица тушеная	100/100	22,06	18,23	5,88	276,25
6	42	Салат из квашеной капусты	100	1,58	4,99	7,66	83,20
7							
		Итого за обед	990	46,22	39,13	124,51	1033,64
Полдник							
1	*	Сок	200	0,20	0,00	14,00	56,00
2	*	Хлеб пшеничный	60	4,98	0,78	28,86	136,20
3	105	Сырники из творога со сметаной или сгущенным молоком	150/10	42,66	29,27	25,65	535,74
4							
5							
		Итого за полдник	420	47,84	30,05	68,51	727,94
Ужин							
1	32	Мясо тушеное с овощами в соусе	220	23,88	18,21	16,52	325,60
2	15	Какао с молоком	200	3,52	3,72	25,49	145,20
3	*	Хлеб пшеничный	60	4,98	0,78	28,86	136,20
4	131	Огурец соленый	100	0,20	3,80	22,00	1,10
5							
		Итого за ужин	580	32,58	26,51	92,87	608,10
2 ужин							
1	13	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	14,00	28,00
2	52	Пирог открытый с повидлом	100	6,66	3,46	59,57	296,15
3							
4							
5							
		Итого за 2 ужин	300	6,86	3,46	73,57	324,15
		Итого за день	3020	161,39	135,97	457,22	3393,93