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: 2022.04.13 10:27:43 +12'00'

Дата 13.04.2022 г.

Меню 7 – 11 лет

№	№ 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	58	Суп молочный с крупой (с гречневой крупой)	200	5,97	5,48	17,08	141,60
4	13а	Чай с лимоном	200/15/7	4,51	1,14	7,71	57,33
5	124	Яблоки	145	0,58	0,58	14,21	68,15
6							
7							
			637	16,04	16,18	67,96	478,28
Обед							
1	3	Суп рисовый с говядиной и томатной пастой (харчо)	200/15	4,94	2,64	11,72	90,40
2	19	Макаронные изделия отварные	150	5,52	4,52	26,45	168,45
3	11	Компот из смеси сухофруктов	200	0,04	0,00	24,76	94,20
4	*	Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	24,06	114,00
5	50	Салат из томатов в собственном соку	60	0,52	3,07	1,57	35,88
6	29	Котлета мясная	80	12,44	9,24	12,56	114,38
7							
		Итого за обед	765	27,42	20,19	101,12	617,31
		Итого за день	1402	43,46	36,37	169,08	1095,59

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: 2022.04.13 10:27:56 +12'00'

Дата 13.04.2022 г.

Меню 12 лет и старше

№	№ 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	58	Суп молочный с крупой (с гречневой крупой)	250	7,46	6,85	21,35	177,00
4	13а	Чай с лимоном	200/15/7	4,51	1,14	7,71	57,33
5	124	Яблоки	145	0,58	0,58	14,21	68,15
6							
7							
		Итого за завтрак	687	17,53	17,55	72,23	513,68
Обед							
1	3	Суп рисовый с говядиной и томатной пастой (харчо)	250/20	6,18	3,30	14,65	113,00
2	19	Макаронные изделия отварные	180	6,62	5,42	21,73	202,14
3	11	Компот из смеси сухофруктов	200	0,04	0,00	24,76	94,20
4	*	Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	24,06	114,00
5	50	Салат из томатов в собственном соку	100	0,86	5,11	2,61	59,80
6	29	Котлета мясная	100	15,55	11,55	15,70	228,75
7							
		Итого за обед	910	33,21	26,10	103,51	811,89
		Итого за день	1597	50,74	43,65	175,74	1325,57

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: 2022.04.13 10:28:09 +12'00'

Дата 13.04.2022 г.

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	58	Суп молочный с крупой (с гречневой крупой)	250	7,46	6,85	21,35	177,00
4	13а	Чай с лимоном	200/15/7	4,51	1,14	7,71	57,33
5	124	Яблоки	145	0,58	0,58	14,21	68,15
6							
7							
		Итого за завтрак	687	17,53	17,55	72,23	513,68
Обед							
1	3	Суп рисовый с говядиной и томатной пастой (харчо)	250/20	6,18	3,30	14,65	113,00
2	19	Макаронные изделия отварные	180	6,62	5,42	21,73	202,14
3	11	Компот из смеси сухофруктов	200	0,04	0,00	24,76	94,20
4	*	Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	24,06	114,00
5	50	Салат из томатов в собственном соку	100	0,86	5,11	2,61	59,80
6	29	Котлета мясная	100	15,55	11,55	15,70	228,75
7							
		Итого за обед	910	33,21	26,10	103,51	811,89
Полдник							
1	13	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	14,00	28,00
2	*	Хлеб пшеничный	60	4,98	0,78	28,86	136,20
3	34	Сосиски отварные	100	10,40	20,00	21,20	224,00
4							
5							
		Итого за полдник	360	15,58	20,78	64,06	388,20
Ужин							
1	31а	Рагу из овощей	220	3,36	16,13	21,18	243,47
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	24	Тефтели из печени с рисом	100/100	12,23	14,58	20,51	262,50
5							
		Итого за ужин	680	24,09	35,21	96,04	787,37
2 ужин							
1	52	Пирог открытый с повидлом	80	5,33	2,77	47,66	236,92
2	16	Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	108,00
3							
4							
5							
		Итого за 2 ужин	280	11,13	7,77	57,26	344,92
		Итого за день	2917	101,54	107,41	393,10	2846,06