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: 2022.04.21 09:42:06 +12'00'

Дата 21.04.2022

Меню 7 – 11 лет

№	№ рецепта	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энер-кая ценность
				Б	Ж	У	
Завтрак							
1	64	Соус сметанный	30	0,63	6,00	9,88	94,86
2	*	Хлеб пшеничный	60	4,98	0,78	28,86	136,20
3	122	Вареники ленивые отварные	150	18,28	7,29	55,27	364,24
4	12	Кисель из смеси сухофруктов	200	0,04	0,00	24,76	94,20
5	41	Сыр (порциями)	15	3,48	4,43	0,00	54,60
6							
7							
		Итого за завтрак	455	27,41	18,50	118,77	744,10
Обед							
1	4а	Суп картофельный с бобовыми	200	4,39	4,22	13,06	107,80
2	116	Голубцы ленивые	180	15,68	10,89	16,65	226,13
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	60	0,52	3,07	1,57	35,88
6							
7							
		Итого за обед	700	25,74	19,08	82,10	590,81
		Итого за день	1155	53,15	37,58	200,87	1334,91

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: 2022.04.21 09:42:17 +12'00'

Утверждаю

И.о. директора МБОУ Центр образования г.Певек

Дата 21.04.2022

Меню 12 лет и старше

№	№ рецепта	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энер-кая ценность
				Б	Ж	У	
Завтрак							
1	64	Соус сметанный	30	0,63	6,00	9,88	94,86
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	41	Сыр (порциями)	20	4,64	5,90	0,00	72,80
6							
7							
		Итого за завтрак	510	34,66	22,40	137,20	859,71
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
		Итого за день	1320	63,58	45,79	225,46	1526,52

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: 2022.04.21 09:42:27 +12'00'

Утверждаю

И.о. директора МБОУ Центр образования г.Певек

Дата 21.04.2022

Меню интернат

№	№ рецепта	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энер-кая ценность
				Б	Ж	У	
Завтрак							
1	64	Соус сметанный	30	0,63	6,00	9,88	94,86
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	41	Сыр (порциями)	20	4,64	5,90	0,00	72,80
6							
7							
		Итого за завтрак	510	34,66	22,40	137,20	859,71
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	160	0,64	0,64	15,68	75,20
4							
5							
		Итого за полдник	465	19,72	27,28	86,96	841,73
Ужин							
1	31	Жаркое по-домашнему	250	28,68	7,78	22,86	276,04
2	131	Огурец соленый	80	0,16	3,04	17,60	0,88
3	*	Хлеб пшеничный	60	4,98	0,78	28,86	136,20
4	13	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	14,00	28,00
5							
		Итого за ужин	590	34,02	11,60	83,32	441,12
2 ужин							
1	*	Сок	200	0,20	0,00	14,00	56,00
2	*	Печенье	100	7,30	14,80	68,00	434,00
3							
4							
5							
		Итого за 2 ужин	300	7,50	14,80	82,00	490,00
		Итого за день	2675	124,82	99,47	477,74	3299,37