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: 2022.04.23 09:18:42 +12'00'

Дата 23.04.2022 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	58	Суп молочный с крупой (с кукурузной крупой)	250	6,21	6,38	20,63	164,75
3	15	Какао с молоком	200	3,52	3,72	25,49	145,20
4	*	Мандарины	100	0,40	0,40	9,80	47,00
5	40	Масло сливочное (порциями)	10	0,00	8,20	0,10	75,00
6							
7							
		Итого за завтрак	620	15,11	19,48	84,88	568,15
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 томатов в собственном соку	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	105	Сырники из творога со сметаной или сгущенным молоком	150/10	42,66	29,27	25,65	535,74
2	12	Кисель из смеси сухофруктов	200	0,04	0,00	24,76	94,20
3							
4							
5							
		Итого за полдник	360	42,70	29,27	50,41	629,94
Ужин							
1	18	Каша рассыпчатая (пшеничная)	200	8,80	7,63	50,51	306,00
2	26	Котлеты рубленные из птицы	100	12,13	17,40	9,86	245,00
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	115	Икра овощная (промышленного производства) (икра кабачковая)	80	1,52	7,12	6,16	95,20
		Итого за ужин	640	27,63	32,93	109,39	810,40
2 ужин							
1	16а	Ряженка	200	5,80	5,00	8,40	108,00
2	*	Печенье	70	5,11	10,36	47,60	303,80
3							
4							
5							
		Итого за 2 ужин	270	10,91	15,36	56,00	411,80
		Итого за день	2830	126,98	121,66	397,29	3141,61