Утверждаю

Директор 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: 2022.04.30 16:59:02 +12'00'

Дата 01.05.2022

Меню интернат

№	№ рецепта	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энер-кая ценность
				Б	Ж	У	
Завтрак							
1	54	Яйца вареные	40	5,10	4,60	0,30	63,00
2	*	Хлеб пшеничный	40	3,32	0,52	19,24	90,80
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	630	18,85	17,16	63,00	448,90
Обед							
1	7	Суп с рыбными консервами	250	8,61	8,40	14,34	167,25
2	103	Рис отварной	180	10,47	17,53	90,00	537,24
3	*	Сок	200	0,20	0,00	14,00	56,00
4	*	Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	24,06	114,00
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	46,88	49,87	155,94	1233,94
Полдник							
1	12	Кисель из смеси сухофруктов	200	0,04	0,00	24,76	94,20
2	52	Пирог открытый с повидлом	100	6,66	3,46	59,57	296,15
3							
4							
5							
		Итого за полдник	300	6,70	3,46	84,33	390,35
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	16а	Ряженка	200	5,80	5,00	8,40	108,00
2	125	Оладья со сгущенным молоком	100/5	10,33	18,51	46,33	568,53
3							
4							
5							
		Итого за 2 ужин	305	16,13	23,51	54,73	676,53
		Итого за день	2805	121,14	120,95	450,87	3357,82