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: 2022.05.03 09:17:31 +12'00'

Дата 03.05.2022

Меню 7 – 11 лет

№	№ рецепта	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энер-кая ценность
				Б	Ж	У	
Завтрак							
1	*	Джем	35	0,00	0,00	23,80	95,20
2	*	Хлеб пшеничный	60	4,98	0,78	28,86	136,20
3	117	Пудинг из творога (запеченный)	160	22,24	3,76	7,67	179,20
4	15	Какао с молоком	200	3,52	3,72	25,49	145,20
5	91	Пирожки с яблоками	100	4,33	2,25	38,72	192,50
6							
7							
		Итого за завтрак	555	35,07	10,51	124,54	748,30
Обед							
1	123	Свекольник	200	4,74	8,14	14,42	147,73
2	18	Каша рассыпчатая (пшеничная)	150	6,60	5,72	37,88	229,50
3	30	Гуляш	80/75	19,72	17,89	4,76	168,20
4	*	Хлеб пшеничный	60	4,98	0,78	28,86	136,20
5	50	Салат из соленых огурцов с луком	60	0,52	3,07	1,56	35,88
6	102	Компот из свежемороженых ягод	200	0,17	0,12	21,96	84,80
7							
		Итого за обед	815	36,73	35,72	109,44	802,31
		Итого за день	1370	71,80	46,23	233,98	1550,61

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: 2022.05.03 09:17:41 +12'00'

Дата 03.05.2022

Меню 12 лет и старше

№	№ рецепта	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энер-кая ценность
				Б	Ж	У	
Завтрак							
1	*	Джем	35	0,00	0,00	23,80	95,20
2	*	Хлеб пшеничный	60	4,98	0,78	28,86	136,20
3	117	Пудинг из творога (запеченный)	200	27,80	4,70	9,59	224,00
4	15	Какао с молоком	200	3,52	3,72	25,49	145,20
5	91	Пирожки с яблоками	100	4,33	2,25	38,72	192,50
6							
7							
		Итого за завтрак	595	40,63	11,45	126,46	793,10
Обед							
1	123	Свекольник	250	5,92	10,17	18,02	184,66
2	18	Каша рассыпчатая (пшеничная)	180	7,92	6,86	45,46	275,40
3	30	Гуляш	100/95	26,29	23,85	6,35	224,27
4	*	Хлеб пшеничный	60	4,98	0,78	28,86	136,20
5	50	Салат из соленых огурцов с луком	100	0,86	5,11	2,61	59,80
6	102	Компот из свежемороженых ягод	200	0,17	0,12	21,96	84,80
7							
		Итого за обед	985	46,14	46,89	123,26	965,13
		Итого за день	1580	86,77	58,34	249,72	1758,23

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: 2022.05.03 09:17:51 +12'00'

Утверждаю

Директор МБОУ Центр образования г.Певек

Дата 03.05.2022

Меню интернат

№	№ рецепта	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энер-кая ценность
				Б	Ж	У	
Завтрак							
1	*	Джем	35	0,00	0,00	23,80	95,20
2	*	Хлеб пшеничный	60	4,98	0,78	28,86	136,20
3	117	Пудинг из творога (запеченный)	200	27,80	4,70	9,59	224,00
4	15	Какао с молоком	200	3,52	3,72	25,49	145,20
5	91	Пирожки с яблоками	100	4,33	2,25	38,72	192,50
6							
7							
		Итого за завтрак	595	40,63	11,45	126,46	793,10
Обед							
1	123	Свекольник	250	5,92	10,17	18,02	184,66
2	18	Каша рассыпчатая (пшеничная)	180	7,92	6,86	45,46	275,40
3	30	Гуляш	100/95	26,29	23,85	6,35	224,27
4	*	Хлеб пшеничный	60	4,98	0,78	28,86	136,20
5	50	Салат из соленых огурцов с луком	100	0,86	5,11	2,61	59,80
6	102	Компот из свежемороженых ягод	200	0,17	0,12	21,96	84,80
7							
		Итого за обед	985	46,14	46,89	123,26	965,13
Полдник							
1	13а	Чай с лимоном	200/15/7	4,51	1,14	7,71	57,33
2	*	Хлеб пшеничный	40	3,32	0,52	19,24	90,80
3	100а	Запеканка со свежими плодами	200	6,20	10,62	56,75	268,69
4							
5							
		Итого за полдник	462	14,03	12,28	83,70	416,82
Ужин							
1	31	Жаркое по-домашнему	250	28,68	7,78	22,86	276,04
2	13	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	14,00	28,00
3	*	Хлеб пшеничный	40	3,32	0,52	19,24	90,80
4	50	Салат из томатов в собственном соку	100	0,86	5,11	2,61	59,80
5							
		Итого за ужин	590	33,06	13,41	58,71	454,64
2 ужин							
1	125	Оладья со сгущенным молоком	100/5	10,33	18,51	46,33	568,53
2	*	Йогурт	200	5,80	5,00	8,40	108,00
3							
4							
5							
		Итого за 2 ужин	305	16,13	23,51	54,73	676,53
		Итого за день	2937	149,99	107,54	446,86	3306,22