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: 2022.05.07 12:39:25 +12'00'

Дата 07.05.2022

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	124	Груши	185	0,74	0,56	19,06	86,95
6							
7							
		Итого за завтрак	675	30,76	17,06	156,26	873,86
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	110	Салат из свежих огурцов	100	0,77	6,08	2,38	67,30
6							
7							
		Итого за обед	810	28,83	24,36	88,03	674,31
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	150	0,60	0,60	14,70	70,50
4							
5							
		Итого за полдник	455	19,68	27,24	85,98	837,03
Ужин							
1	19	Макаронные изделия отварные	180	6,62	5,42	21,73	202,14
2	28	Фрикадельки в томатно-сметанном соусе	100/100	18,64	20,89	24,39	270,00
3	13а	Чай с лимоном	200/15/7	4,51	1,14	7,71	57,33
4	*	Хлеб пшеничный	40	3,32	0,52	19,24	90,80
5	115	Икра овощная (промышленного производства) (икра кабачковая)	80	1,52	7,12	6,16	95,20
		Итого за ужин	722	34,61	35,09	79,23	715,47
2 ужин							
1	14	Чай с молоком	200	1,40	1,60	16,40	86,00
2	34	Сосиски отварные	80	8,32	16,00	16,96	179,20
3	*	Хлеб пшеничный	40	3,32	0,52	19,24	90,80
4							
5							
		Итого за 2 ужин	320	13,04	18,12	52,60	356,00
		Итого за день	2982	126,92	121,87	462,10	3456,67