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: 2022.05.13 09:20:13 +12'00'

Дата 13.05.2022

Меню 12 лет и старше

№	№ рецепта	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энер-кая ценность
				Б	Ж	У	
Завтрак							
1	34	Колбаса отварная	100	10,40	20,00	21,20	224,00
2	*	Хлеб пшеничный	60	4,98	0,78	28,86	136,20
3	58	Суп молочный с крупой (с рисовой крупой)	250	6,03	1,28	21,04	165,50
4	13	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	14,00	28,00
5							
6							
7							
		Итого за завтрак	610	21,61	22,06	85,10	553,70
Обед							
1	2	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,69	2,84	17,14	104,75
2	31	Жаркое по-домашнему	250	28,68	7,78	22,86	276,04
3	11	Компот из смеси сухофруктов	200	0,04	0,00	24,76	94,20
4	*	Хлеб пшеничный	60	4,98	0,78	28,86	136,20
5	116	Икра морковная	100	2,20	4,60	10,88	93,70
6							
7							
		Итого за обед	860	38,59	16,00	104,50	704,89
		Итого за день	1470	60,20	38,06	189,60	1258,59

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: 2022.05.13 09:20:27 +12'00'

Дата 13.05.2022

Меню интернат

№	№ рецепта	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энер-кая ценность
				Б	Ж	У	
Завтрак							
1	34	Колбаса отварная	100	10,40	20,00	21,20	224,00
2	*	Хлеб пшеничный	60	4,98	0,78	28,86	136,20
3	58	Суп молочный с крупой (с рисовой крупой)	250	6,03	1,28	21,04	165,50
4	13	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	14,00	28,00
5							
6							
7							
		Итого за завтрак	610	21,61	22,06	85,10	553,70
Обед							
1	2	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,69	2,84	17,14	104,75
2	31	Жаркое по-домашнему	250	28,68	7,78	22,86	276,04
3	11	Компот из смеси сухофруктов	200	0,04	0,00	24,76	94,20
4	*	Хлеб пшеничный	60	4,98	0,78	28,86	136,20
5	116	Икра морковная	100	2,20	4,60	10,88	93,70
6							
7							
		Итого за обед	860	38,59	16,00	104,50	704,89
Полдник							
1	12а	Кисель из свежих плодов	200	0,14	0,04	27,50	110,80
2	105	Сырники из творога со сметаной или сгущенным молоком	150/10	42,66	29,27	25,65	535,74
3							
4							
5							
		Итого за полдник	360	42,80	29,31	53,15	646,54
Ужин							
1	18	Каша рассыпчатая (пшеничная)	180	7,92	6,86	45,46	275,40
2	24	Тефтели из печени с рисом	100/100	12,23	14,58	20,51	262,50
3	15	Какао с молоком	200	3,52	3,72	25,49	145,20
4	*	Хлеб пшеничный	60	4,98	0,78	28,86	136,20
5	49	Салат из белокочанной капусты	100	1,42	5,08	9,02	87,40
		Итого за ужин	740	30,07	31,02	129,34	906,70
2 ужин							
1	41	Сыр (порциями)	20	4,64	5,90	0,00	72,80
2	*	Хлеб пшеничный	60	4,98	0,78	28,86	136,20
3	124	Яблоки	180	0,72	0,72	17,64	84,60
4	13а	Чай с лимоном	200/15/7	4,51	1,14	7,71	57,33
5							
		Итого за 2 ужин	482	14,85	8,54	54,21	350,93
		Итого за день	3052	147,92	106,93	426,30	3162,46