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: 2022.05.14 16:35:47 +12'00'

Дата 14.05.2022 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	124	Яблоки	180	0,72	0,72	17,64	84,60
5	40	Масло сливочное (порциями)	10	0,00	8,20	0,10	75,00
6							
7							
		Итого за завтрак	700	15,43	19,80	92,72	605,75
Обед							
1	123	Свекольник	250	5,92	10,17	18,02	184,66
2	121	Пюре из бобовых (гороха)	180	16,45	6,70	41,11	286,44
3	10	Компот из свежих плодов (яблоки)	200	0,20	0,20	22,30	110,00
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
6	30	Гуляш	100/95	26,29	23,85	6,35	224,27
7							
		Итого за обед	985	55,26	46,78	125,66	1028,97
Полдник							
1	*	Сок	200	0,20	0,00	14,00	56,00
2	*	Хлеб пшеничный	60	4,98	0,78	28,86	136,20
3	102а	Салат из моркови с яблоками	100	1,08	0,18	8,62	40,40
4							
5							
		Итого за полдник	360	6,26	0,96	51,48	232,60
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	13а	Чай с лимоном	200/15/7	4,51	1,14	7,71	57,33
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	662	31,94	34,07	103,10	839,73
2 ужин							
1	13	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	14,00	28,00
2	54	Яйца вареные	1 шт	5,10	4,60	0,30	63,00
3	*	Хлеб пшеничный	60	4,98	0,78	28,86	136,20
4							
5							
		Итого за 2 ужин	300	10,28	5,38	43,16	227,20
		Итого за день	3007	119,17	106,99	416,12	2934,25