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: 2022.10.05 15:07:22 +12'00'

Утверждаю

Директор МБОУ Центр образования г.Певек

Дата 05.10.2022

Меню 7 – 11 лет

№	№ рецепта	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энер-кая ценность
				Б	Ж	У	
Завтрак							
1	54	Сыр (порция) (Российский)	15	3,48	4,42	0,00	54,00
2	58	Хлеб пшеничный	60	2,81	0,66	37,89	156,00
3	40	Пудинг из творога (запеченный с соусом)	160	16,37	13,36	29,14	298,46
4	43	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,60
5	57	Плоды или ягоды свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
6							
7							
		Итого за завтрак	535	27,14	22,38	94,41	674,06
Обед							
1	33	Салат из квашеной капусты (с луком репчатым)	90	1,44	4,59	7,42	77,97
2	5	Суп картофельный с макаронными изделиями)	200	3,27	2,42	14,30	101,68
3	23	Сердце куриное по-строгановски	90	15,08	10,10	5,96	166,50
4	16	Рис отварной	150	1,44	4,59	7,42	77,97
5	44	Кисель из смеси сухофруктов	200	0,04	0,00	24,76	94,20
6	58	Хлеб пшеничный	60	2,81	0,66	37,89	156,00
7							
		Итого за обед	790	24,08	22,36	97,75	674,32
		Итого за день	1325	51,22	44,74	192,16	1348,38

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: 2022.10.05 15:07:38 +12'00'

Утверждаю

Директор МБОУ Центр образования г.Певек

Дата 05.10.2022

Меню 12 лет и старше

№	№ рецепта	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энер-кая ценность
				Б	Ж	У	
Завтрак							
1	54	Сыр (порция) (Российский)	20	4,54	5,90	0,00	72,00
2	58	Хлеб пшеничный	60	2,81	0,66	37,89	156,00
3	40	Пудинг из творога (запеченный с соусом)	200	20,46	16,70	36,42	373,08
4	43	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,60
5	57	Плоды или ягоды свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
6							
7							
		Итого за завтрак	580	32,29	27,20	101,69	766,68
Обед							
1	33	Салат из квашеной капусты (с луком репчатым)	100	1,60	5,10	8,24	86,63
2	5	Суп картофельный с макаронными изделиями)	250	4,55	3,03	17,88	127,10
3	23	Сердце куриное по-строгановски	100	16,76	11,22	6,62	185,00
4	16	Рис отварной	180	4,37	6,44	44,08	251,64
5	44	Кисель из смеси сухофруктов	200	0,04	0,00	24,76	94,20
6	58	Хлеб пшеничный	60	2,81	0,66	37,89	156,00
7							
		Итого за обед	890	30,13	26,45	139,47	900,57
		Итого за день	1470	62,42	53,65	241,16	1667,25

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: 2022.10.05 15:07:51 +12'00'

Утверждаю

Директор МБОУ Центр образования г.Певек

Дата 05.10.2022

Меню интернат

№	№ рецепта	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энер-кая ценность
				Б	Ж	У	
Завтрак							
1	54	Сыр (порция) (Российский)	20	4,54	5,90	0,00	72,00
2	58	Хлеб пшеничный	60	2,81	0,66	37,89	156,00
3	40	Пудинг из творога (запеченный с соусом)	200	20,46	16,70	36,42	373,08
4	43	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,60
5	57	Плоды или ягоды свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
6							
7							
		Итого за завтрак	580	32,29	27,20	101,69	766,68
Обед							
1	33	Салат из квашеной капусты (с луком репчатым)	100	1,60	5,10	8,24	86,63
2	5	Суп картофельный с макаронными изделиями)	250	4,55	3,03	17,88	127,10
3	23	Сердце куриное по-строгановски	100	16,76	11,22	6,62	185,00
4	16	Рис отварной	180	4,37	6,44	44,08	251,64
5	44	Кисель из смеси сухофруктов	200	0,04	0,00	24,76	94,20
6	58	Хлеб пшеничный	60	2,81	0,66	37,89	156,00
7							
		Итого за обед	890	30,13	26,45	139,47	900,57
Полдник							
1	27	Котлеты рыбные (с треской)	90	5,01	3,38	3,77	64,43
2	52	Чай с вареньем	200	0,06	0,02	13,90	55,82
3	58	Хлеб пшеничный	60	2,81	0,66	37,89	156,00
4							
5							
		Итого за полдник	350	7,88	4,06	55,56	276,25
Ужин							
1	24	Плов из птицы (с курицей)	210	22,05	19,53	37,84	268,21
2	49	Чай с лимоном	200	0,12	0,02	13,70	55,86
3	59	Хлеб ржаной	60	2,76	0,72	24,24	104,40
4	62	Кукуруза сладкая	100	2,00	0,25	10,25	52,25
5	42	Яйцо отварное	40	5,08	4,60	0,29	63,00
		Итого за ужин	610	32,01	25,12	86,32	543,72
2 ужин							
1	64	Ряженка	200	5,80	5,00	8,40	108,00
2	*	Печенье	35	1,82	7,31	19,74	152,60
3							
4							
5							
		Итого за 2 ужин	235	7,62	12,31	28,14	260,60
		Итого за день	2665	109,93	95,14	411,18	2747,82