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: 2022.10.10 16:26:49 +12'00'

Утверждаю

Директор МБОУ Центр образования г.Певек

Дата 11.10.2022

Меню 7 – 11 лет

№	№ рецепта	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энер-кая ценность
				Б	Ж	У	
Завтрак							
1	54	Сыр (порция)	15	3,48	4,42	0,00	54,00
2	58	Хлеб пшеничный	60	2,81	0,66	37,89	156,00
3	9	Суп молочный с крупой (с крупой рисовой)	200	5,04	4,72	15,86	29,81
4	44	Кисель из смеси сухофруктов	200	0,04	0,00	104,76	94,20
5	57	Плоды или ягоды свежие	120	0,40	0,30	10,30	47,00
6							
7							
		Итого за завтрак	595	11,77	10,10	168,81	381,01
Обед							
1	37	Салат из соленых помидоров (с луком репчатым)	60	0,66	3,07	1,52	36,98
2	4	Суп картофельный с бобовыми (с горохом)	200	9,98	6,20	15,58	158,30
3	17	Голубцы с мясом и рисом	180	11,83	9,50	12,04	182,43
4	45	Компот из свежемороженых ягод	200	0,34	0,00	43,92	169,60
5	58	Хлеб пшеничный	60	2,81	0,66	37,89	156,00
6							
7							
		Итого за обед	700	25,62	19,43	110,95	703,31
		Итого за день	1295	37,39	29,53	279,76	1084,32

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: 2022.10.10 16:26:59 +12'00'

Утверждаю

Директор МБОУ Центр образования г.Певек

Дата 11.10.2022

Меню 12 лет и старше

№	№ рецепта	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энер-кая ценность
				Б	Ж	У	
Завтрак							
1	54	Сыр (порция)	20	4,64	5,90	0,00	118,60
2	58	Хлеб пшеничный	60	2,81	0,66	37,89	156,00
3	9	Суп молочный с крупой (с крупой рисовой)	250	5,02	5,40	19,05	145,00
4	44	Кисель из смеси сухофруктов	200	0,04	0,00	104,76	94,20
5	57	Плоды или ягоды свежие	120	0,40	0,30	10,30	47,00
6							
7							
		Итого за завтрак	650	12,91	12,26	172,00	560,80
Обед							
1	37	Салат из соленых помидоров (с луком репчатым)	100	1,10	5,11	2,53	61,63
2	4	Суп картофельный с бобовыми (с горохом)	250	12,47	7,75	19,47	197,80
3	17	Голубцы с мясом и рисом	200	13,14	10,56	13,38	202,70
4	45	Компот из свежемороженых ягод	200	0,34	0,00	43,92	169,60
5	58	Хлеб пшеничный	60	2,81	0,66	37,89	156,00
6							
7							
		Итого за обед	810	29,86	24,08	117,19	787,73
		Итого за день	1460	42,77	36,34	289,19	1348,53

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: 2022.10.10 16:27:09 +12'00'

Утверждаю

Директор МБОУ Центр образования г.Певек

Дата 11.10.2022

Меню интернат

№	№ рецепта	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энер-кая ценность
				Б	Ж	У	
Завтрак							
1	54	Сыр (порция)	20	4,64	5,90	0,00	118,60
2	58	Хлеб пшеничный	60	2,81	0,66	37,89	156,00
3	9	Суп молочный с крупой (с крупой рисовой)	250	5,02	5,40	19,05	145,00
4	44	Кисель из смеси сухофруктов	200	0,04	0,00	104,76	94,20
5	57	Плоды или ягоды свежие	120	0,40	0,30	10,30	47,00
6							
7							
		Итого за завтрак	650	12,91	12,26	172,00	560,80
Обед							
1	37	Салат из соленых помидоров (с луком репчатым)	100	1,10	5,11	2,53	61,63
2	4	Суп картофельный с бобовыми (с горохом)	250	12,47	7,75	19,47	197,80
3	17	Голубцы с мясом и рисом	200	13,14	10,56	13,38	202,70
4	45	Компот из свежемороженых ягод	200	0,34	0,00	43,92	169,60
5	58	Хлеб пшеничный	60	2,81	0,66	37,89	156,00
6							
7							
		Итого за обед	810	29,86	24,08	117,19	787,73
Полдник							
1	48	Соки фруктовые, овощные или ягодные (сок яблочный)	200	1,00	0,00	20,20	84,44
2	105	Сырники из творога	150	28,44	19,51	11,10	357,16
3							
4							
5							
		Итого за полдник	350	29,44	19,51	31,30	441,60
Ужин							
1	66	Мясо тушеное с овощами	220	21,71	16,55	15,02	296,00
2	49	Чай с лимоном	200	0,12	0,02	13,70	35,86
3	58	Хлеб пшеничный	60	2,81	0,66	37,89	156,00
4	131	Огурцы соленые	100	1,10	0,16	3,80	22,00
5							
		Итого за ужин	580	25,74	17,39	70,41	509,86
2 ужин							
1	70	Ряженка	200	5,80	5,00	8,40	108,00
2	*	Печенье	70	5,11	10,36	47,60	303,80
3							
4							
5							
		Итого за 2 ужин	270	10,91	15,36	56,00	411,80
		Итого за день	2660	108,86	88,60	446,90	2711,79