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: 2022.10.12 16:24:53 +12'00'

Утверждаю

Директор МБОУ Центр образования г.Певек

Дата 13.10.2022

Меню 7 – 11 лет

№	№ рецепта	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энер-кая ценность
				Б	Ж	У	
Завтрак							
1	13	Макаронные изделия отварные	150	5,52	4,51	26,44	138,45
2	51	Чай с молоком или сливками	200	1,42	1,26	14,80	75,34
3	58	Хлеб пшеничный	60	2,81	0,66	37,89	156,00
4	26	Сосиски, сардельки отварные (сосиски)	90	8,07	14,73	0,36	197,74
5	36	Салат из соленых огурцов (с луком репчатым)	60	0,52	3,07	1,57	36,98
6							
7							
Итого за завтрак			560	18,34	24,23	81,06	604,51
Обед							
1	62	Кукуруза сахарная	60	1,20	0,15	6,15	31,35
2	2	Рассольник (с бульоном костным)	200	1,32	4,04	9,04	84,80
3	21	Котлеты, биточки, шницели (с маслом)(с молоком, с говядиной (котлетное мясо)	90	13,50	19,80	11,72	281,46
4	10	Капуста тушеная (с капустой белокочанной)	150	3,06	5,52	11,83	115,50
5	48	Соки овощные, фруктовые (сок яблочный)	200	1,00	0,00	20,20	84,44
6	58	Хлеб пшеничный	60	2,81	0,66	37,89	156,00
7							
Итого за обед			760	22,89	30,17	96,83	753,55
Итого за день			1320	41,23	54,40	177,89	1358,06

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: 2022.10.12 16:25:07 +12'00'

Утверждаю

Директор МБОУ Центр образования г.Певек

Дата 13.10.2022

Меню 12 лет и старше

№	№ рецепта	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энер-кая ценность
				Б	Ж	У	
Завтрак							
1	13	Макаронные изделия отварные	200	7,36	6,02	35,26	184,60
2	51	Чай с молоком или сливками	200	1,42	1,26	14,80	75,34
3	58	Хлеб пшеничный	60	2,81	0,66	37,89	156,00
4	26	Сосиски, сардельки отварные (сосиски)	90	8,07	14,73	0,36	197,74
5	36	Салат из соленых огурцов (с луком репчатым)	100	0,87	5,12	2,62	61,63
6							
7							
Итого за завтрак			650	20,53	27,79	90,93	675,31
Обед							
1	62	Кукуруза сахарная	100	2,00	0,25	10,25	52,25
2	2	Рассольник (на костном бульоне)	250	1,65	5,05	11,30	106,00
3	21	Котлета мясная (с молоком, со свининой)	100	15,00	22,00	13,02	312,73
4	10	Капуста тушенная (с капустой белокочанной)	180	3,67	0,62	14,20	138,60
5	48	Соки овощные, фруктовые (сок яблочный)	200	1,00	0,00	20,20	84,44
6	58	Хлеб пшеничный	60	2,81	0,66	37,89	156,00
7							
Итого за обед			890	26,13	28,58	106,86	850,02
Итого за день			1540	46,66	56,37	197,79	1525,33

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: 2022.10.12 16:25:19 +12'00'

Утверждаю

Директор МБОУ Центр образования г.Певек

Дата 13.10.2022

Меню интернат

№	№ рецепта	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энер-кая ценность
				Б	Ж	У	
Завтрак							
1	13	Макаронные изделия отварные	200	7,36	6,02	35,26	184,60
2	51	Чай с молоком или сливками	200	1,42	1,26	14,80	75,34
3	58	Хлеб пшеничный	60	2,81	0,66	37,89	156,00
4	26	Сосиски, сардельки отварные (сосиски)	90	8,07	14,73	0,36	197,74
5	36	Салат из соленых огурцов (с луком репчатым)	100	0,87	5,12	2,62	61,63
6							
7							
		Итого за завтрак	650	20,53	27,79	90,93	675,31
Обед							
1	62	Кукуруза сахарная	100	2,00	0,25	10,25	52,25
2	2	Рассольник (на костном бульоне)	250	1,65	5,05	11,30	106,00
3	21	Котлета мясная (с молоком, со свининой)	100	15,00	22,00	13,02	312,73
4	10	Капуста тушенная (с капустой белокочанной)	180	3,67	0,62	14,20	138,60
5	48	Соки овощные, фруктовые (сок яблочный)	200	1,00	0,00	20,20	84,44
6	58	Хлеб пшеничный	60	2,81	0,66	37,89	156,00
7							
		Итого за обед	890	26,13	28,58	106,86	850,02
Полдник							
1	44	Кисель из смеси сухофруктов	200	0,04	0,00	24,76	94,20
2	71	Пирожки с яблочным джемом	100	5,58	7,07	61,13	326,55
3	81	Мандарин	100	0,80	0,20	7,50	38,00
4							
5							
		Итого за полдник	400	6,42	7,27	93,39	458,75
Ужин							
1	11	Каша рассыпчатая с маслом (перловая)	180	8,60	6,09	48,85	243,75
2	52	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	13,96	55,82
3	59	Хлеб ржаной	60	2,76	0,72	24,24	104,40
4	25	Птица тушеная с соусом (с курицей)	100	14,37	17,09	3,08	223,91
5	32	Салат из зеленого горошка	100	2,98	5,19	6,25	83,60
		Итого за ужин	640	28,77	29,11	96,38	711,48
2 ужин							
1	65	Ряженка	200	5,80	5,00	8,40	108,00
2							
3							
4							
5							
		Итого за 2 ужин	200	5,80	5,00	8,40	108,00
		Итого за день	2780	87,65	97,75	395,96	2803,56