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: 2022.10.19 16:04:24 +12'00'

Утверждаю

Директор МБОУ Центр образования г.Певек

Дата 20.10.2022

Меню 7 – 11 лет

№	№ рецепта	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энер-кая ценность
				Б	Ж	У	
Завтрак							
1	22	Мясо отварное (с свининой, шея)	90	15,13	6,23	1,10	102,31
2	58	Хлеб пшеничный	60	2,81	0,66	37,89	156,00
3	9	Суп молочный с крупой (с манной)	200	4,26	4,30	15,20	116,60
4	52	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	13,96	55,82
5	29	Икра морковная	60	1,27	4,27	6,07	65,82
6							
7							
		Итого за завтрак	610	23,53	15,48	74,22	496,55
Обед							
1	5	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	3,72	2,42	14,30	101,68
2	16	Рис отварной	150	3,65	5,37	36,96	209,70
3	44	Кисель из смеси сухофруктов	200	0,04	0,00	24,76	94,20
4	58	Хлеб пшеничный	60	2,81	0,66	37,89	156,00
5	33	Салат из квашеной капусты	90	1,44	4,59	7,42	77,97
6	23	Сердце куриное по-строгановски	90	15,08	10,10	5,96	166,50
7							
		Итого за обед	790	26,74	23,14	127,29	806,05
		Итого за день	1400	50,27	38,62	201,51	1302,60

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: 2022.10.19 16:04:41 +12'00'

Утверждаю

Директор МБОУ Центр образования г.Певек

Дата 20.10.2022

Меню 12 лет и старше

№	№ рецепта	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энер-кая ценность
				Б	Ж	У	
Завтрак							
1	22	Мясо отварное (с свининой, шея)	90	15,31	6,23	1,10	102,31
2	58	Хлеб пшеничный	60	2,81	0,66	37,89	156,00
3	9	Суп молочный с крупой (с манной)	200	5,33	5,38	19,00	145,75
4	52	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	13,96	55,82
5	29	Икра морковная	100	2,81	0,66	37,89	156,00
6							
7							
		Итого за завтрак	650	26,32	12,95	109,84	615,88
Обед							
1	5	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	4,65	3,03	17,88	127,10
2	16	Рис отварной	180	4,37	6,44	44,03	251,64
3	44	Кисель из смеси сухофруктов	200	0,04	0,00	24,76	94,20
4	58	Хлеб пшеничный	60	2,81	0,66	37,89	156,00
5	33	Салат из квашеной капусты	100	1,60	5,10	8,24	86,63
6	23	Сердце куриное по-строгановски	100	16,76	11,22	6,62	185,00
7							
		Итого за обед	890	30,23	26,45	139,42	900,57
		Итого за день	1540	56,55	39,40	249,26	1516,45

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: 2022.10.19 16:04:51 +12'00'

Утверждаю

Директор МБОУ Центр образования г.Певек

Дата 20.10.2022

Меню интернат

№	№ рецепта	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энер-кая ценность
				Б	Ж	У	
Завтрак							
1	22	Мясо отварное (с свининой, шея)	90	15,31	6,23	1,10	102,31
2	58	Хлеб пшеничный	60	2,81	0,66	37,89	156,00
3	9	Суп молочный с крупой (с манной)	200	5,33	5,38	19,00	145,75
4	52	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	13,96	55,82
5	29	Икра морковная	100	2,81	0,66	37,89	156,00
6							
7							
		Итого за завтрак	650	26,32	12,95	109,84	615,88
Обед							
1	5	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	4,65	3,03	17,88	127,10
2	16	Рис отварной	180	4,37	6,44	44,03	251,64
3	44	Кисель из смеси сухофруктов	200	0,04	0,00	24,76	94,20
4	58	Хлеб пшеничный	60	2,81	0,66	37,89	156,00
5	33	Салат из квашеной капусты	100	1,60	5,10	8,24	86,63
6	23	Сердце куриное по-строгановски	100	16,76	11,22	6,62	185,00
7							
		Итого за обед	890	30,23	26,45	139,42	900,57
Полдник							
1	43	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,60
2	58	Хлеб пшеничный	40	1,87	0,44	25,26	104,00
3	66	Творожно-пшенная запеканка	150	10,20	7,00	14,10	159,40
4							
5							
		Итого за полдник	390	16,15	10,98	56,94	382,00
Ужин							
1	19	Жаркое по-домашнему с свининой	200	18,52	20,68	18,94	337,14
2	49	Чай с лимоном	200	0,12	0,02	13,70	55,86
3	58	Хлеб пшеничный	60	2,81	0,66	37,89	156,00
4	37	Салат из соленых помидоров с луком	100	1,10	5,11	2,53	61,63
5	57	Плоды или ягоды свежие (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
		Итого за ужин	660	22,95	26,87	82,86	657,63
2 ужин							
1	52	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	13,96	55,82
2	58	Хлеб пшеничный	40	1,87	0,44	25,26	1,04
3	53	Масло сливочное (порция)	20	0,16	14,50	0,26	132,00
4							
5							
		Итого за 2 ужин	260	2,09	14,96	39,48	188,86
		Итого за день	2850	97,74	92,21	428,54	2744,94