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: 2022.11.07 14:15:27 +12'00'

Утверждаю

Директор МБОУ Центр образования г.Певек

Дата 08.11.2022

Меню 7 – 11 лет

№	№ рецепта	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энер-кая ценность
				Б	Ж	У	
Завтрак							
1	29	Икра морковная	60	1,27	4,27	6,07	65,87
2	58	Хлеб пшеничный	60	2,81	0,66	37,89	156,00
3	9	Суп молочный с крупой (с манной крупой)	200	4,26	4,30	15,20	116,60
4	52	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	13,96	55,82
5	26	Колбаса отварная	80	8,07	14,73	0,36	197,74
6	60	Апельсин	120	0,90	0,20	23,07	43,00
7							
		Итого за завтрак	720	17,37	24,18	96,55	635,03
Обед							
1	5	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,72	2,52	19,84	113,14
2	23	Печень говяжья по-строгановски	90	8,38	5,61	3,31	92,50
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 с репчатым луком	90	1,44	4,59	7,42	77,97
6	16	Рис отварной	150	3,65	5,37	36,69	209,70
7							
		Итого за обед	790	19,04	18,75	129,91	743,51
		Итого за день	1510	36,41	42,93	226,46	1378,54

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: 2022.11.07 14:15:40 +12'00'

Утверждаю

Директор МБОУ Центр образования г.Певек

Дата 08.11.2022

Меню 12 лет и старше

№	№ рецепта	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энер-кая ценность
				Б	Ж	У	
Завтрак							
1	29	Икра морковная	100	2,12	7,12	10,12	109,79
2	58	Хлеб пшеничный	60	2,81	0,66	37,89	156,00
3	9	Суп молочный с крупой (с манной крупой)	250	5,33	5,38	19,00	145,75
4	52	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	13,96	55,82
5	26	Колбаса отварная	80	8,07	14,73	0,36	197,74
6	57	Плоды или ягоды свежие (груши)	150	0,40	0,40	9,80	47,00
7							
		Итого за завтрак	840	18,79	28,31	91,13	712,10
Обед							
1	5	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	3,40	3,15	24,80	141,42
2	23	Печень говяжья по-строгановски	90	8,38	5,61	3,31	92,50
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 с репчатым луком	100	1,60	5,10	8,24	86,63
6	16	Рис отварной	180	4,37	6,44	44,03	251,64
7							
		Итого за обед	880	20,60	20,96	143,03	822,39
		Итого за день	1720	39,39	49,27	234,16	1534,49

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: 2022.11.07 14:15:50 +12'00'

Утверждаю

Директор МБОУ Центр образования г.Певек

Дата 08.11.2022

Меню интернат

№	№ рецепта	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энер-кая ценность
				Б	Ж	У	
Завтрак							
1	29	Икра морковная	100	2,12	7,12	10,12	109,79
2	58	Хлеб пшеничный	60	2,81	0,66	37,89	156,00
3	9	Суп молочный с крупой (с манной крупой)	250	5,33	5,38	19,00	145,75
4	52	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	13,96	55,82
5	26	Колбаса отварная	80	8,07	14,73	0,36	197,74
6	57	Плоды или ягоды свежие (груши)	150	0,40	0,40	9,80	47,00
7							
		Итого за завтрак	840	18,79	28,31	91,13	712,10
Обед							
1	5	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	3,40	3,15	24,80	141,42
2	23	Печень говяжья по-строгановски	90	8,38	5,61	3,31	92,50
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 с репчатым луком	100	1,60	5,10	8,24	86,63
6	16	Рис отварной	180	4,37	6,44	44,03	251,64
7							
		Итого за обед	880	20,60	20,96	143,03	822,39
Полдник							
1	48	Соки овощные, фруктовые или ягодные (сок яблочный)	200	1,00	0,00	20,20	84,44
2	58	Хлеб ржаной	60	2,76	0,72	24,24	104,40
3	26	Сосиска отварная	80	8,07	14,73	0,36	197,74
4	36	Салат из соленых огурцов с луком	80	0,69	4,09	2,09	49,30
5							
		Итого за полдник	420	12,52	19,54	46,89	435,88
Ужин							
1	21	Котлеты мясные (с маслом)	100	15,00	22,00	13,02	312,73
2	52	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	13,96	55,82
3	58	Хлеб пшеничный	60	2,81	0,66	37,89	156,00
4	10	Капуста тушеная	100	3,67	6,62	14,20	138,60
5	31	Икра свекольная	100	2,25	7,12	11,38	119,00
		Итого за ужин	560	23,79	36,42	90,45	782,15
2 ужин							
1	57	Плоды или ягоды свежие (яблоки)	100	0,90	0,40	9,80	47,00
2	43	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,60
3	58	Хлеб пшеничный	60	2,81	0,66	37,89	156,00
4							
5							
		Итого за 2 ужин	360	7,79	4,60	65,27	321,60
		Итого за день	3060	83,49	109,83	436,77	3074,12