Утверждаю

Директор МБОУ Центр образования г.Певек

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: 2022.12.07 17:27:49 +12'00'

Дата 08.12.2022

Меню 7 – 11 лет

№	№ рецепта	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энер-кая ценность
				Б	Ж	У	
Завтрак							
1	15	Пюре картофельное	150	3,06	4,80	20,45	137,25
2	27	Котлеты (биточки) рыбные (с треской)	50	5,01	3,38	3,77	64,43
3	62	Кукуруза сахарная	60	1,20	0,15	6,15	31,35
4	61	Кисель витаминизированный промышленного производства	200	0,00	0,00	14,40	82,00
5	58	Хлеб пшеничный	60	2,81	0,66	37,89	156,00
6							
7							
		Итого за завтрак	520	12,08	8,99	82,66	471,03
Обед							
1	2	Рассольник (с бульоном костным)	200	1,32	4,04	9,04	84,80
2	11	Каша рассыпчатая (с маслом сливочным, с пшеном)	150	8,60	6,09	38,64	243,75
3	45	Компот из свежемороженых ягод	200	0,34	0,24	43,92	169,60
4	58	Хлеб пшеничный	60	2,81	0,66	37,89	156,00
5	37	Салат из соленых помидоров с луком	60	0,66	3,07	1,52	36,98
6	18	Гуляш (с говядиной, лопаточная часть	90	11,64	13,43	2,31	176,80
7							
		Итого за обед	760	25,37	27,53	133,32	867,93
		Итого за день	1280	37,45	36,52	215,98	1338,96

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: 2022.12.07 17:28:06 +12'00'

Утверждаю

Директор МБОУ Центр образования г.Певек

Дата 08.12.2022

Меню 12 лет и старше

№	№ рецепта	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энер-кая ценность
				Б	Ж	У	
Завтрак							
1	15	Пюре картофельное	160	3,26	5,12	21,81	146,40
2	27	Котлеты (биточки) рыбные (с треской)	80	8,02	5,42	6,02	103,10
3	62	Кукуруза сахарная	100	2,00	0,25	10,25	52,25
4	61	Кисель витаминизированный промышленного производства	200	0,00	0,00	14,40	82,00
5	58	Хлеб пшеничный	60	2,81	0,66	37,89	156,00
6							
7							
		Итого за завтрак	600	16,09	11,45	90,37	539,75
Обед							
1	2	Рассольник (с бульоном костным)	250	1,65	5,05	11,30	106,00
2	11	Каша рассыпчатая (с маслом сливочным, с пшеном)	180	10,31	7,31	46,37	292,50
3	45	Компот из свежемороженых ягод	200	0,34	0,24	43,92	169,60
4	58	Хлеб пшеничный	60	2,81	0,66	37,89	156,00
5	37	Салат из соленых помидоров с луком	100	1,10	5,11	2,53	61,63
6	18	Гуляш (с говядиной, лопаточная часть	100	14,55	16,79	2,89	221,00
7							
		Итого за обед	890	30,76	35,16	144,90	1006,73
		Итого за день	1490	46,85	46,61	235,27	1546,48

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: 2022.12.07 17:28:24 +12'00'

Утверждаю

Директор МБОУ Центр образования г.Певек

Дата 08.12.2022

Меню интернат

№	№ рецепта	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энер-кая ценность
				Б	Ж	У	
Завтрак							
1	15	Пюре картофельное	160	3,26	5,12	21,81	146,40
2	27	Котлеты (биточки) рыбные (с треской)	80	8,02	5,42	6,02	103,10
3	62	Кукуруза сахарная	100	2,00	0,25	10,25	52,25
4	61	Кисель витаминизированный промышленного производства	200	0,00	0,00	14,40	82,00
5	58	Хлеб пшеничный	60	2,81	0,66	37,89	156,00
6							
7							
		Итого за завтрак	600	16,09	11,45	90,37	539,75
Обед							
1	2	Рассольник (с бульоном костным)	250	1,65	5,05	11,30	106,00
2	11	Каша рассыпчатая (с маслом сливочным, с пшеном)	180	10,31	7,31	46,37	292,50
3	45	Компот из свежемороженых ягод	200	0,34	0,24	43,92	169,60
4	58	Хлеб пшеничный	60	2,81	0,66	37,89	156,00
5	37	Салат из соленых помидоров с луком	100	1,10	5,11	2,53	61,63
6	18	Гуляш (с говядиной, лопаточная часть	100	14,55	16,79	2,89	221,00
7							
		Итого за обед	890	30,76	35,16	144,90	1006,73
Полдник							
1	43	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,60
2	68	Пирог открытый с повидлом	70	4,33	2,25	38,72	192,50
3	57	Плоды или ягоды свежие (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
4							
5							
		Итого за полдник	370	8,81	6,19	66,10	358,10
Ужин							
1	87	Рагу из овощей	180	2,75	13,20	17,33	199,20
2	88	Тефтели мясные	120	8,87	9,83	11,71	171,00
3	84	Помидор в нарезке	100	1,10	0,20	3,80	21,40
4	58	Хлеб пшеничный	60	2,81	0,66	37,89	156,00
5	52	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	13,96	55,82
		Итого за ужин	660	15,59	23,91	84,69	603,42
2 ужин							
1	65	Кефир	200	5,80	5,00	8,00	106,00
2							
3							
4							
5							
		Итого за 2 ужин	200	5,80	5,00	8,00	106,00
		Итого за день	2720	77,05	81,71	394,06	2614,00