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: 2022.12.13 10:25:59 +12'00'

Утверждаю

Директор МБОУ Центр образования г.Певек

Дата 13.12.2022

Меню интернат

№	№ рецепта	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энер-кая ценность
				Б	Ж	У	
Завтрак							
1	38	Вареники ленивые отварные (с маслом)	200	28,32	14,78	26,34	401,90
2	56	Соус сметанный	30	0,42	1,50	1,76	22,23
3	52	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	13,96	55,82
4	57	Плоды или ягоды свежие (груша)	100	0,40	0,30	10,30	47,00
5	59	Хлеб ржаной	60	2,76	0,72	24,24	104,40
6							
7							
		Итого за завтрак	590	31,96	17,32	76,60	631,35
Обед							
1	2	Рассольник (с бульоном костным)	250	1,65	5,05	11,30	106,00
2	86	Картофель отварной	180	3,43	5,18	27,62	170,82
3	47	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,08	32,02	132,80
4	58	Хлеб пшеничный	60	2,81	0,66	37,89	156,00
5	83	Салат из белокочанной капусты (с репчатым луком)	100	1,41	5,08	8,65	85,90
6	26	Сосиски, сардельки отварные (сосиски)	80	8,07	14,73	0,36	197,74
7							
		Итого за обед	870	18,03	30,78	117,84	849,26
Полдник							
1	61	Кисель витаминизированный промышленного производства	200	0,00	0,00	14,40	82,00
2	70	Булочка школьная	60	5,20	1,90	34,00	173,80
3							
4							
5							
		Итого за полдник	260	5,20	1,90	48,40	255,80
Ужин							
1	87	Рагу из овощей	180	2,75	13,20	17,33	199,20
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	36	Салат из соленых огурцов с луком (с луком репчатым)	100	0,87	5,12	2,62	61,63
5	88	Тефтели мясные	120	8,87	9,83	11,71	171,00
		Итого за ужин	660	19,38	32,35	87,13	706,43
2 ужин							
1	49	Чай с лимоном	200	0,12	0,02	13,70	55,86
2	58	Хлеб пшеничный	40	1,87	0,44	25,26	104,00
3	54	Сыр порция (Российский)	20	4,64	5,90	0,00	72,00
4							
5							
		Итого за 2 ужин	260	6,63	6,36	38,96	231,86
		Итого за день	2640	81,20	88,71	368,93	2644,70