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: 2022.12.23 17:18:23 +12'00'

Утверждаю

Директор МБОУ Центр образования г.Певек

Дата 24.12.2022

Меню интернат

№	№ рецепта	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энер-кая ценность
				Б	Ж	У	
Завтрак							
1	9	Суп молочный с крупой (с кукурузной крупой)	250	5,02	5,40	19,05	145,00
2	49	Чай с лимоном	200	0,12	0,02	13,70	55,86
3	53	Масло (порциями) (масло сливочное)	20	0,16	14,50	0,26	132,00
4	57	Плоды или ягоды свежие (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
5	58	Хлеб пшеничный	60	2,81	0,66	37,89	156,00
6							
7							
		Итого за завтрак	630	8,51	20,98	80,70	535,86
Обед							
1	1	Борщ с капустой и картофелем	250	9,18	7,67	11,97	153,58
2	11	Каша рассыпчатая (с маслом сливочным, с крупой пшеничной)	180	10,31	7,31	46,37	292,50
3	46	Компот из свежих плодов (с яблоками)	200	0,16	0,16	27,88	114,60
4	59	Хлеб ржаной	60	2,76	0,72	24,24	104,40
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	31,89	35,67	119,47	948,72
Полдник							
1	76	Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	108,00
2	71	Пирожки с яблочным джемом	100	5,58	7,07	61,13	326,65
3	60	Апельсин	100	0,90	0,20	23,07	43,00
4							
5							
		Итого за полдник	400	12,28	12,27	93,80	477,65
Ужин							
1	23	Печень говяжья по-строгановски	100	16,76	11,22	6,62	185,00
2	16	Рис отварной	180	4,37	6,44	44,03	251,64
3	62	Кукуруза сахарная	100	2,00	0,25	10,25	52,25
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	640	26,00	18,59	112,75	700,71
2 ужин							
1	52	Чай с сахаром, повидлом (джемом)	200	0,06	0,02	13,96	55,82
2	58	Хлеб пшеничный	40	1,87	0,44	25,26	104,00
3	42	Яйца вареные	40	5,08	4,60	0,28	63,00
4							
5							
		Итого за 2 ужин	280	7,01	5,06	39,50	222,82
		Итого за день	2820	85,69	92,57	446,22	2885,76