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: 2022.12.26 16:43:48 +12'00'

Утверждаю

Директор МБОУ Центр образования г.Певек

Дата 27.12.2022

Меню 7 – 11 лет

№	№ рецепта	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энер-кая ценность
				Б	Ж	У	
Завтрак							
1	9	Суп молочный с крупой (с кукурузной крупой)	200	4,02	4,32	15,24	116,00
2	52	Чай с сахаром, вареньем (джемом)	200	0,06	0,02	13,96	55,82
3	53	Масло (порциями) (масло сливочное)	15	0,12	10,88	0,19	99,00
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			575	7,41	16,28	77,08	473,82
Обед							
1	4	Суп картофельный с бобовыми (с горохом)	200	9,98	6,20	15,58	158,30
2	24	Плов из птицы или кролика (с курицей)	210	22,05	19,53	37,84	268,21
3	37	Салат из соленых помидоров с луком (с луком репчатым)	60	0,66	3,07	1,52	36,98
4	45	Компот из свежемороженых ягод	200	0,34	0,24	43,92	169,60
5	58	Хлеб пшеничный	60	2,81	0,66	37,89	156,00
6							
7							
Итого за обед			730	35,84	29,70	136,75	789,09
Итого за день			1305	43,25	45,98	213,83	1262,91

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: 2022.12.26 16:43:57 +12'00'

Утверждаю

Директор МБОУ Центр образования г.Певек

Дата 27.12.2022

Меню 12 лет и старше

№	№ 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	52	Чай с сахаром, вареньем (джемом)	200	0,06	0,02	13,96	55,82
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	8,45	20,98	80,96	535,82
Обед							
1	4	Суп картофельный с бобовыми (с горохом)	250	12,47	7,75	19,47	197,88
2	24	Плов из птицы или кролика (с курицей)	210	22,05	19,53	37,84	268,21
3	37	Салат из соленых помидоров с луком (с луком репчатым)	100	1,10	5,11	2,53	61,63
4	45	Компот из свежемороженых ягод	200	0,34	0,24	43,92	169,60
5	58	Хлеб пшеничный	60	2,81	0,66	37,89	156,00
6							
7							
		Итого за обед	820	38,77	33,29	141,65	853,32
		Итого за день	1450	47,22	54,27	222,61	1389,14

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: 2022.12.26 16:44:11 +12'00'

Утверждаю

Директор МБОУ Центр образования г.Певек

Дата 27.12.2022

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	52	Чай с сахаром, вареньем (джемом)	200	0,06	0,02	13,96	55,82
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	8,45	20,98	80,96	535,82
Обед							
1	4	Суп картофельный с бобовыми (с горохом)	250	12,47	7,75	19,47	197,88
2	24	Плов из птицы или кролика (с курицей)	210	22,05	19,53	37,84	268,21
3	37	Салат из соленых помидоров с луком (с луком репчатым)	100	1,10	5,11	2,53	61,63
4	45	Компот из свежемороженых ягод	200	0,34	0,24	43,92	169,60
5	58	Хлеб пшеничный	60	2,81	0,66	37,89	156,00
6							
7							
		Итого за обед	820	38,77	33,29	141,65	853,32
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	200	18,52	20,68	18,94	337,14
2	36	Салат из соленых огурцов с луком (с луком репчатым)	100	0,87	5,12	2,62	61,63
3	58	Хлеб пшеничный	60	2,81	0,66	37,89	156,00
4	49	Чай с лимоном	200	0,12	0,02	13,70	55,86
5							
		Итого за ужин	560	22,32	26,48	73,15	610,63
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	104,00
3	54	Сыр (порциями) (Российский)	20	4,64	5,90	0,00	72,00
4							
5							
		Итого за 2 ужин	260	6,57	6,36	39,22	231,82
		Итого за день	2660	92,26	98,09	391,92	2613,59