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: 2023.02.08 16:17:42 +12'00'

Утверждаю

Директор МБОУ Центр образования г.Певек

Дата 09.02.2023

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 манной крупой)	200	4,26	4,30	15,20	116,60
2	26	Колбаса отварная	50	8,07	14,73	0,36	197,74
3	52	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	13,96	55,82
4	29	Икра морковная	60	1,27	4,27	6,07	65,87
5	58	Хлеб пшеничный	60	2,81	0,66	37,89	156,00
6							
7							
		Итого за завтрак	570	16,47	23,98	73,48	592,03
Обед							
1	2	Рассольник (с бульоном костным)	200	1,32	4,04	9,04	84,80
2	11	Каша рассыпчатая (с маслом сливочным, с крупой пшеничной)	150	8,60	6,09	38,64	243,75
3	18	Гуляш (с говядиной, лопаточная часть)	90	13,10	15,11	2,60	198,90
4	37	Салат из соленых помидоров с луком (с луком репчатым)	60	0,66	3,07	1,52	36,98
5	45	Компот из свежемороженых ягод	200	0,34	0,24	43,92	169,60
6	58	Хлеб пшеничный	60	2,81	0,66	37,89	156,00
7							
		Итого за обед	760	26,83	29,21	133,61	890,03
		Итого за день	1330	43,30	53,19	207,09	1482,06

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: 2023.02.08 16:17:59 +12'00'

Утверждаю

Директор МБОУ Центр образования г.Певек

Дата 09.02.2023

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 рисовой крупой)	250	5,33	5,38	19,00	145,75
2	26	Колбаса отварная	50	8,07	14,73	0,36	197,74
3	52	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	13,96	55,82
4	29	Икра морковная	100	2,12	7,12	10,12	109,79
5	58	Хлеб пшеничный	60	2,81	0,66	37,89	156,00
6							
7							
		Итого за завтрак	660	18,39	27,91	81,33	665,10
Обед							
1	2	Рассольник (с бульоном костным)	250	1,65	5,05	11,30	106,00
2	11	Каша рассыпчатая (с маслом сливочным, с крупой пшеничной)	180	10,31	7,31	46,37	292,50
3	18	Гуляш (с говядиной, лопаточная часть)	100	14,55	16,79	2,89	221,00
4	37	Салат из соленых помидоров с луком (с луком репчатым)	100	1,10	5,11	2,53	61,63
5	45	Компот из свежемороженых ягод	200	0,34	0,24	43,92	169,60
6	58	Хлеб пшеничный	60	2,81	0,66	37,89	156,00
7							
		Итого за обед	890	30,76	35,16	144,90	1006,73
		Итого за день	1550	49,15	63,07	226,23	1671,83

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: 2023.02.08 16:18:15 +12'00'

Утверждаю

Директор МБОУ Центр образования г.Певек

Дата 09.02.2023

Меню интернат

№	№ рецепта	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энер-кая ценность
				Б	Ж	У	
Завтрак							
1	9	Суп молочный с крупой (с рисовой крупой)	250	5,33	5,38	19,00	145,75
2	26	Колбаса отварная	50	8,07	14,73	0,36	197,74
3	52	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	13,96	55,82
4	29	Икра морковная	100	2,12	7,12	10,12	109,79
5	58	Хлеб пшеничный	60	2,81	0,66	37,89	156,00
6							
7							
		Итого за завтрак	660	18,39	27,91	81,33	665,10
Обед							
1	2	Рассольник (с бульоном костным)	250	1,65	5,05	11,30	106,00
2	11	Каша рассыпчатая (с маслом сливочным, с крупой пшеничной)	180	10,31	7,31	46,37	292,50
3	18	Гуляш (с говядиной, лопаточная часть)	100	14,55	16,79	2,89	221,00
4	37	Салат из соленых помидоров с луком (с луком репчатым)	100	1,10	5,11	2,53	61,63
5	45	Компот из свежемороженых ягод	200	0,34	0,24	43,92	169,60
6	58	Хлеб пшеничный	60	2,81	0,66	37,89	156,00
7							
		Итого за обед	890	30,76	35,16	144,90	1006,73
Полдник							
1	61	Кисель витаминизированный	200	0,00	0,00	14,40	82,00
2	79	Ватрушка с джемом	100	6,80	4,72	38,96	225,29
3	60	Апельсин	100	0,90	0,20	23,07	43,00
4							
5							
		Итого за полдник	400	7,70	4,92	76,43	350,29
Ужин							
1	86	Картофель отварной	180	3,43	5,18	27,62	170,82
2	27	Котлеты (биточки) рыбные (с треской)	100	10,02	6,76	7,54	128,86
3	83	Салат из белокочанной капусты	100	1,41	5,08	8,65	85,90
4	59	Хлеб ржаной	60	2,76	0,72	24,24	104,40
5	52	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	13,96	55,82
		Итого за ужин	640	17,68	17,76	82,01	545,80
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	42	Яйца вареные	40	5,08	4,60	0,28	63,00
4							
5							
		Итого за 2 ужин	280	7,07	5,06	39,24	222,86
		Итого за день	2870	81,60	90,81	423,91	2790,78