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: 2023.02.10 18:03:42 +12'00'

Утверждаю

Директор МБОУ Центр образования г.Певек

Дата 13.02.2023

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 кукурузной крупой)	200	4,02	4,32	15,24	116,00
2	26	Колбаса отварная	50	8,07	14,73	0,36	197,74
3	49	Чай с лимоном	200	0,12	0,02	13,70	55,86
4	53	Масло (порциями) (масло сливочное)	15	0,12	10,88	0,19	99,00
5	58	Хлеб пшеничный	60	2,81	0,66	37,89	156,00
6							
7							
		Итого за завтрак	525	15,14	30,61	67,38	624,60
Обед							
1	1	Борщ с капустой и картофелем (с бульоном костным)	200	7,34	6,14	9,58	122,86
2	18	Гуляш (с говядиной, лопаточная часть (заплечная)	80	11,64	13,43	2,31	176,80
3	11	Каша рассыпчатая (с маслом сливочным, с пшеном)	150	8,60	6,09	38,64	243,75
4	48	Соки овощные, фруктовые и ягодные (сок яблочный)	200	1,00	0,00	20,20	84,44
5	59	Хлеб ржаной	40	1,84	0,48	16,16	69,60
6	36	Салат из соленых огурцов с луком (с луком репчатым)	60	0,52	3,07	1,57	36,98
7							
		Итого за обед	730	30,94	29,21	88,46	734,43
		Итого за день	1255	46,08	59,82	155,84	1359,03

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: 2023.02.10 18:03:58 +12'00'

Утверждаю

Директор МБОУ Центр образования г.Певек

Дата 13.02.2023

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 кукурузной крупой)	250	5,02	5,40	19,05	145,00
2	26	Колбаса отварная	50	8,07	14,73	0,36	197,74
3	49	Чай с лимоном	200	0,12	0,02	13,70	55,86
4	53	Масло (порциями) (масло сливочное)	20	0,16	14,50	0,26	132,00
5	58	Хлеб пшеничный	60	2,81	0,66	37,89	156,00
6							
7							
		Итого за завтрак	580	16,18	35,31	71,26	686,60
Обед							
1	36	Салат из соленых огурцов с луком (с луком репчатым)	100	0,87	5,12	2,62	61,63
2	1	Борщ с капустой и картофелем (с бульоном костным)	250	9,18	7,67	11,97	153,58
3	18	Гуляш (с говядиной, лопаточная часть (заплечная)	100	14,55	16,79	2,89	221,00
4	11	Каша рассыпчатая (с маслом сливочным, с крупой пшеничной)	180	10,31	7,31	46,37	292,50
5	48	Соки овощные, фруктовые и ягодные (сок яблочный)	200	1,00	0,00	20,20	84,44
6	59	Хлеб ржаной	60	2,76	0,72	24,24	104,40
7							
		Итого за обед	890	38,67	37,61	108,29	917,55
		Итого за день	1470	54,85	72,92	179,55	1604,15

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: 2023.02.10 18:04:12 +12'00'

Утверждаю

Директор МБОУ Центр образования г.Певек

Дата 13.02.2023

Меню интернат

№	№ рецепта	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энер-кая ценность
				Б	Ж	У	
Завтрак							
1	9	Суп молочный с крупой (с кукурузной крупой)	250	5,02	5,40	19,05	145,00
2	26	Колбаса отварная	50	8,07	14,73	0,36	197,74
3	49	Чай с лимоном	200	0,12	0,02	13,70	55,86
4	53	Масло (порциями) (масло сливочное)	20	0,16	14,50	0,26	132,00
5	58	Хлеб пшеничный	60	2,81	0,66	37,89	156,00
6							
7							
		Итого за завтрак	580	16,18	35,31	71,26	686,60
Обед							
1	36	Салат из соленых огурцов с луком (с луком репчатым)	100	0,87	5,12	2,62	61,63
2	1	Борщ с капустой и картофелем (с бульоном костным)	250	9,18	7,67	11,97	153,58
3	18	Гуляш (с говядиной, лопаточная часть (заплечная)	100	14,55	16,79	2,89	221,00
4	11	Каша рассыпчатая (с маслом сливочным, с крупой пшеничной)	180	10,31	7,31	46,37	292,50
5	48	Соки овощные, фруктовые и ягодные (сок яблочный)	200	1,00	0,00	20,20	84,44
6	59	Хлеб ржаной	60	2,76	0,72	24,24	104,40
7							
		Итого за обед	890	38,67	37,61	108,29	917,55
Полдник							
1	52	Чай с сахаром, вареньем (джемом)	200	0,06	0,02	13,96	55,82
2	28	Винегрет овощной (с луком репчатым)	100	1,37	10,16	7,37	127,42
3	58	Хлеб пшеничный	60	2,81	0,66	37,89	156,00
4							
5							
		Итого за полдник	360	4,24	10,84	59,22	339,24
Ужин							
1	11	Каша рассыпчатая (с маслом сливочным, с перловой крупой)	180	8,60	6,09	48,81	243,75
2	25	Птица или кролик, тушенные в соусе (с курицей)	100	14,37	17,09	3,08	223,91
3	32	Салат из зеленого горошка	100	2,98	5,19	6,25	83,60
4	58	Хлеб пшеничный	60	2,81	0,66	37,89	156,00
5							
		Итого за ужин	440	28,76	29,03	96,03	707,26
2 ужин							
1	52	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	13,96	55,82
2	68	Пирог открытый с повидлом	70	4,33	2,25	38,72	192,50
3	51	Чай с молоком или сливками	200	1,42	1,26	14,80	75,34
4							
5							
		Итого за 2 ужин	270	4,39	2,27	52,68	248,32
		Итого за день	2540	92,24	115,06	387,48	2898,97