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: 2023.02.15 16:34:41 +12'00'

Утверждаю

Директор МБОУ Центр образования г.Певек

Дата 16.02.2023

Меню 7 – 11 лет

№	№ рецепта	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энер-кая ценность
				Б	Ж	У	
Завтрак							
1	13	Макаронные изделия отварные	150	5,52	4,51	26,44	138,45
2	26	Сосиски, сардельки отварные (сосиски)	80	8,07	14,73	0,36	197,74
3	51	Чай с молоком или сливками	200	1,42	1,26	14,80	75,34
4	58	Хлеб пшеничный	60	2,81	0,66	37,89	156,00
5	36	Салат из соленых огурцов с луком (с луком репчатым)	60	0,52	3,07	1,57	36,98
6							
7							
		Итого за завтрак	550	18,34	24,23	81,06	604,51
Обед							
1	62	Кукуруза сахарная	60	1,20	0,15	6,15	31,35
2	2	Рассольник (с бульоном костным)	200	1,32	4,04	9,04	84,80
3	21	Котлеты, биточки, шницели (с маслом) с молоком	90	13,50	19,80	11,72	281,46
4	10	Капуста тушеная (с капустой белокочанной)	150	3,06	5,52	11,83	115,50
5	47	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,01	32,02	132,80
6	58	Хлеб пшеничный	60	2,81	0,66	37,89	156,00
7							
		Итого за обед	760	22,55	30,18	108,65	801,91
		Итого за день	1310	40,89	54,41	189,71	1406,42

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: 2023.02.15 16:34:52 +12'00'

Утверждаю

Директор МБОУ Центр образования г.Певек

Дата 16.02.2023

Меню 12 лет и старше

№	№ рецепта	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энер-кая ценность
				Б	Ж	У	
Завтрак							
1	13	Макаронные изделия отварные	200	7,36	6,02	35,26	184,60
2	26	Сосиски, сардельки отварные (сосиски)	80	8,07	14,73	0,36	197,74
3	36	Салат из соленых огурцов с луком (с луком репчатым)	100	0,87	5,12	2,62	61,63
4	51	Чай с молоком или сливками	200	1,42	1,26	14,80	75,34
5	58	Хлеб пшеничный	60	2,81	0,66	37,89	156,00
6							
7							
		Итого за завтрак	640	20,53	27,79	90,93	675,31
Обед							
1	2	Рассольник (с бульоном костным)	250	1,65	5,05	11,30	106,00
2	10	Капуста тушеная (с капустой белокочанной)	180	3,67	6,62	14,20	138,60
3	21	Котлеты, биточки, шницели (с маслом)(с молоком, с говядиной (котлетное мясо)	100	15,00	22,00	13,02	312,73
4	62	Кукуруза сахарная	100	2,00	0,25	10,25	52,25
5	47	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,01	32,02	132,80
6	58	Хлеб пшеничный	60	2,81	0,66	37,89	156,00
7							
		Итого за обед	890	25,79	34,59	118,68	898,38
		Итого за день	1530	46,32	62,38	209,61	1573,69

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: 2023.02.15 16:35:01 +12'00'

Утверждаю

Директор МБОУ Центр образования г.Певек

Дата 16.02.2023

Меню интернат

№	№ рецепта	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энер-кая ценность
				Б	Ж	У	
Завтрак							
1	13	Макаронные изделия отварные	200	7,36	6,02	35,26	184,60
2	26	Сосиски, сардельки отварные (сосиски)	80	8,07	14,73	0,36	197,74
3	36	Салат из соленых огурцов с луком (с луком репчатым)	100	0,87	5,12	2,62	61,63
4	51	Чай с молоком или сливками	200	1,42	1,26	14,80	75,34
5	58	Хлеб пшеничный	60	2,81	0,66	37,89	156,00
6							
7							
		Итого за завтрак	640	20,53	27,79	90,93	675,31
Обед							
1	2	Рассольник (с бульоном костным)	250	1,65	5,05	11,30	106,00
2	10	Капуста тушеная (с капустой белокочанной)	180	3,67	6,62	14,20	138,60
3	21	Котлеты, биточки, шницели (с маслом)(с молоком, с говядиной (котлетное мясо)	100	15,00	22,00	13,02	312,73
4	62	Кукуруза сахарная	100	2,00	0,25	10,25	52,25
5	47	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,01	32,02	132,80
6	58	Хлеб пшеничный	60	2,81	0,66	37,89	156,00
7							
		Итого за обед	890	25,79	34,59	118,68	898,38
Полдник							
1	76	Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	108,00
2	70	Булочка школьная	60	5,20	1,90	34,00	173,80
3	57	Плоды или ягоды свежие (груша)	100	0,40	0,30	10,30	47,00
4							
5							
		Итого за полдник	360	11,40	7,20	53,90	328,80
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	34	Салат из свеклы отварной	100	1,41	6,01	8,26	92,80
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	28,95	28,81	96,19	708,57
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	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	2790	93,30	104,75	398,66	2842,92