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: 2023.02.17 16:25:18 +12'00'

Утверждаю

Директор МБОУ Центр образования г.Певек

Дата 18.02.2023

Меню интернат

№	№ рецепта	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энер-кая ценность
				Б	Ж	У	
Завтрак							
1	9	Суп молочный с крупой (с манной крупой)	250	5,33	5,38	19,00	145,75
2	53	Масло (порциями) (масло сливочное)	20	0,16	14,50	0,26	132,00
3	51	Чай с молоком или сливками	200	1,42	1,26	14,80	75,34
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	10,12	22,20	81,75	556,09
Обед							
1	1	Борщ с капустой и картофелем	250	9,18	7,67	11,97	153,58
2	88	Тефтели мясные	120	8,87	9,83	11,71	171,00
3	11	Каша рассыпчатая (с маслом сливочным, с крупой пшеничной)	180	10,31	7,31	46,37	292,50
4	63	Салат из свежих огурцов	100	0,75	6,02	2,35	66,60
5	46	Компот из свежих плодов (с яблоками)	200	0,16	0,16	27,88	114,60
6	59	Хлеб ржаной	60	2,76	0,72	24,24	104,40
7							
		Итого за обед	910	32,03	31,71	124,52	902,68
Полдник							
1	65	Кефир	200	5,80	5,00	8,00	106,00
2	100	Печенье	100	0,08	0,15	0,66	440,00
3							
4							
5							
		Итого за полдник	300	5,88	5,15	8,66	546,00
Ужин							
1	11	Каша рассыпчатая (с маслом сливочным, с перловой крупой)	180	8,60	6,09	48,85	243,75
2	26	Сосиски, сардельки отварные (сосиски)	80	8,07	14,73	0,36	197,74
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	52	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	13,96	55,82
		Итого за ужин	620	22,52	26,69	107,31	736,91
2 ужин							
1	61	Кисель витаминизированный промышленного производства	200	0,00	0,00	14,40	82,00
2	73	Салат из моркови с яблоками	100	1,08	0,18	8,62	40,40
3	58	Хлеб пшеничный	40	1,87	0,44	25,26	104,00
4							
5							
		Итого за 2 ужин	340	2,95	0,62	48,28	226,40
		Итого за день	2800	73,50	86,37	370,52	2968,08