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: 2023.04.04 16:41:52 +12'00'

Утверждаю

Директор МБОУ Центр образования г.Певек

Дата 05.04.2023

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	54	Сыр (порциями) (Российский)	15	3,48	4,42	0,00	54,00
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	53	Масло (порциями) (масло сливочное)	15	0,12	10,88	0,19	99,00
6							
7							
		Итого за завтрак	490	11,85	21,54	68,12	500,34
Обед							
1	34	Салат из свеклы отварной	60	0,85	3,60	4,96	55,68
2	2	Рассольник (с бульоном костным)	200	1,32	4,04	9,04	84,80
3	18	Гуляш (с говядиной, лопаточная часть (заплечная)	80	11,64	13,43	2,31	176,80
4	11	Каша рассыпчатая (с маслом сливочным) (пшеничная)	150	8,60	6,09	38,64	243,75
5	44	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,08	32,02	132,80
6	59	Хлеб ржаной	40	1,84	0,48	16,16	69,60
7							
		Итого за обед	730	24,91	27,72	103,13	763,43
		Итого за день	1220	36,76	49,26	171,25	1263,77

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: 2023.04.04 16:42:04 +12'00'

Утверждаю

Директор МБОУ Центр образования г.Певек

Дата 05.04.2023

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	54	Сыр (порциями) (Российский)	15	3,48	4,42	0,00	54,00
3	53	Масло (порциями) (масло сливочное)	20	0,16	14,50	0,26	132,00
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	545	12,89	26,24	72,00	562,34
Обед							
1	2	Рассольник (с бульоном костным)	250	1,65	5,05	11,30	106,00
2	18	Гуляш (с говядиной, лопаточная часть (заплечная)	100	14,55	16,79	2,89	221,00
3	11	Каша рассыпчатая (с маслом сливочным, с пшеном)	180	10,31	7,31	46,37	292,50
4	34	Салат из свеклы отварной	100	1,41	6,01	8,26	92,80
5	44	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,08	32,02	132,80
6	59	Хлеб ржаной	60	2,76	0,72	24,24	104,40
7							
		Итого за обед	890	31,34	35,96	125,08	949,50
		Итого за день	1435	44,23	62,20	197,08	1511,84

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: 2023.04.04 16:42:15 +12'00'

Утверждаю

Директор МБОУ Центр образования г.Певек

Дата 05.04.2023

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	54	Сыр (порциями) (Российский)	15	3,48	4,42	0,00	54,00
3	53	Масло (порциями) (масло сливочное)	20	0,16	14,50	0,26	132,00
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	545	12,89	26,24	72,00	562,34
Обед							
1	2	Рассольник (с бульоном костным)	250	1,65	5,05	11,30	106,00
2	18	Гуляш (с говядиной, лопаточная часть (заплечная)	100	14,55	16,79	2,89	221,00
3	11	Каша рассыпчатая (с маслом сливочным, с пшеном)	180	10,31	7,31	46,37	292,50
4	34	Салат из свеклы отварной	100	1,41	6,01	8,26	92,80
5	44	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,08	32,02	132,80
6	59	Хлеб ржаной	60	2,76	0,72	24,24	104,40
7							
		Итого за обед	890	31,34	35,96	125,08	949,50
Полдник							
1	52	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом (сахар)	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	19	Жаркое по-домашнему (с говядиной, тазобедренная часть)	200	18,52	20,68	18,94	337,14
2	37	Салат из соленых помидоров с луком	100	1,10	5,11	2,53	61,63
3	58	Хлеб пшеничный	60	2,81	0,66	37,89	156,00
4	52	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом (сахар)	200	0,06	0,02	13,96	55,82
5							
		Итого за ужин	560	22,49	26,47	73,32	610,59
2 ужин							
1	75	Йогурт или биойогурт фруктовый питьевой	200	10,00	6,00	15,60	158,00
2							
3							
4							
5							
		Итого за 2 ужин	200	10,00	6,00	15,60	158,00
		Итого за день	2555	80,96	105,51	345,22	2619,67