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: 2023.04.20 15:40:08 +12'00'

Утверждаю

Директор МБОУ Центр образования г.Певек

Дата 24.04.2023

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	43	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,60
4	58	Хлеб пшеничный	60	2,81	0,66	37,89	156,00
5							
6	57	Плоды или ягоды свежие (яблоки)	100	0,00	0,00	10,00	47,00
7							
		Итого за завтрак	575	14,39	12,94	80,71	491,60
Обед							
1	32	Салат из зеленого горошка	80	2,38	4,15	5,00	66,88
2	6	Суп картофельный (с бульоном костным)	200	1,88	2,26	13,50	91,20
3	18	Гуляш (с говядиной, лопаточная часть (заплечная)	90	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	48	Соки овощные, фруктовые и ягодные (сок яблочный)	200	1,00	0,00	20,20	84,44
6	59	Хлеб ржаной	40	1,84	0,48	16,16	69,60
7							
		Итого за обед	760	27,34	26,41	95,81	732,67
		Итого за день	1335	41,73	39,35	176,52	1224,27

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: 2023.04.20 15:40:28 +12'00'

Утверждаю

Директор МБОУ Центр образования г.Певек

Дата 24.04.2023

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	58	Хлеб пшеничный	60	2,81	0,66	37,89	156,00
3	54	Сыр (порциями) (Российский)	20	4,64	5,90	0,00	72,00
4	43	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,60
5	57	Плоды или ягоды свежие (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
6							
7							
		Итого за завтрак	630	16,95	15,90	84,32	538,60
Обед							
1	32	Салат из зеленого горошка	100	2,98	5,19	6,25	83,60
2	6	Суп картофельный (с бульоном костным)	250	2,35	2,82	16,88	114,00
3	18	Гуляш (с говядиной, лопаточная часть (заплечная)	100	14,55	16,79	2,89	221,00
4	11	Каша рассыпчатая (с маслом сливочным) (пшеничная)	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	33,95	32,83	116,83	899,94
		Итого за день	1520	50,90	48,73	201,15	1438,54

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: 2023.04.20 15:40:37 +12'00'

Утверждаю

Директор МБОУ Центр образования г.Певек

Дата 24.04.2023

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	58	Хлеб пшеничный	60	2,81	0,66	37,89	156,00
3	54	Сыр (порциями) (Российский)	20	4,64	5,90	0,00	72,00
4	43	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,60
5	57	Плоды или ягоды свежие (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
6							
7							
		Итого за завтрак	630	16,95	15,90	84,32	538,60
Обед							
1	32	Салат из зеленого горошка	100	2,98	5,19	6,25	83,60
2	6	Суп картофельный (с бульоном костным)	250	2,35	2,82	16,88	114,00
3	18	Гуляш (с говядиной, лопаточная часть (заплечная)	100	14,55	16,79	2,89	221,00
4	11	Каша рассыпчатая (с маслом сливочным) (пшеничная)	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	33,95	32,83	116,83	899,94
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	86	Картофель отварной	180	3,43	5,18	27,62	170,82
2	88	Тефтели мясные	120	8,87	9,83	11,71	171,00
3	85	Помидоры соленые	100	0,66	0,12	2,28	13,20
4	59	Хлеб ржаной	60	2,76	0,72	24,24	104,40
5	49	Чай с лимоном	200	0,12	0,02	13,70	55,86
		Итого за ужин	660	15,84	15,87	79,55	515,28
2 ужин							
1	68	Пирог открытый с повидлом	70	4,33	2,25	38,72	192,50
2	52	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	13,96	55,82
3							
4							
5							
		Итого за 2 ужин	270	4,39	2,27	52,68	248,32
		Итого за день	2810	75,37	77,71	392,6	2541,38