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: 2023.04.28 15:31:16 +12'00'

Утверждаю

Директор МБОУ Центр образования г.Певек

Дата 02.05.2023

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 гречневой крупой ядрица)	200	5,04	4,72	15,86	125,92
2	53	Масло (порциями) (масло сливочное)	15	0,12	10,88	0,19	99,00
3	49	Чай с лимоном	200	0,12	0,02	13,70	55,86
4	58	Хлеб пшеничный	60	2,81	0,66	37,89	156,00
5	57	Плоды или ягоды свежие (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
6							
7							
		Итого за завтрак	575	8,49	16,68	77,44	483,78
Обед							
1	30	Икра овощная (промышленного производства) (икра кабачковая)	60	1,14	5,34	4,62	71,40
2	7	Суп с рыбными консервами	200	6,88	6,72	11,48	133,80
3	20	Котлеты домашние (с маслом)	90	11,75	20,18	9,22	262,22
4	13	Макаронные изделия отварные	150	5,52	4,51	26,44	138,45
5	47	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	740	27,79	37,31	99,94	808,27
		Итого за день	1315	36,28	53,99	177,38	1292,05

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: 2023.04.28 15:31:28 +12'00'

Утверждаю

Директор МБОУ Центр образования г.Певек

Дата 02.05.2023

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 гречневой крупой ядрица)	250	6,30	5,90	19,82	157,40
2	53	Масло (порциями) (масло сливочное)	20	0,16	14,50	0,26	132,00
3	49	Чай с лимоном	200	0,12	0,02	13,70	55,86
4	58	Хлеб пшеничный	60	2,81	0,66	37,89	156,00
5	57	Плоды или ягоды свежие (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
6							
7							
		Итого за завтрак	630	9,79	21,48	81,47	548,26
Обед							
1	30	Икра овощная (промышленного производства) (икра кабачковая)	100	1,90	8,90	7,70	119,00
2	7	Суп с рыбными консервами	250	8,60	8,40	14,35	167,25
3	20	Котлеты домашние (с маслом)	200	7,36	6,02	35,26	184,60
4	13	Макаронные изделия отварные	100	13,06	22,42	10,24	221,36
5	47	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	910	34,34	46,54	123,81	929,41
		Итого за день	1540	44,13	68,02	205,28	1477,67

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: 2023.04.28 15:31:41 +12'00'

Утверждаю

Директор МБОУ Центр образования г.Певек

Дата 02.05.2023

Меню интернат

№	№ рецепта	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энер-кая ценность
				Б	Ж	У	
Завтрак							
1	9	Суп молочный с крупой (с гречневой крупой ядрица)	250	6,30	5,90	19,82	157,40
2	53	Масло (порциями) (масло сливочное)	20	0,16	14,50	0,26	132,00
3	49	Чай с лимоном	200	0,12	0,02	13,70	55,86
4	58	Хлеб пшеничный	60	2,81	0,66	37,89	156,00
5	57	Плоды или ягоды свежие (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
6							
7							
		Итого за завтрак	630	9,79	21,48	81,47	548,26
Обед							
1	30	Икра овощная (промышленного производства) (икра кабачковая)	100	1,90	8,90	7,70	119,00
2	7	Суп с рыбными консервами	250	8,60	8,40	14,35	167,25
3	20	Котлеты домашние (с маслом)	200	7,36	6,02	35,26	184,60
4	13	Макаронные изделия отварные	100	13,06	22,42	10,24	221,36
5	47	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	910	34,34	46,54	123,81	929,41
Полдник							
1	52	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	13,96	55,82
2	67	Запеканка со свежими плодами (со сгущенным молоком	220	6,20	10,62	56,75	268,69
3	58	Хлеб пшеничный	40	1,87	0,44	25,26	104,00
4							
5							
		Итого за полдник	460	8,13	11,08	95,97	428,51
Ужин							
1	19	Жаркое по-домашнему (с говядиной, тазобедренная часть (боковой кусок))	200	18,52	20,68	18,94	337,14
2	58	Хлеб пшеничный	60	2,81	0,66	37,89	156,00
3	52	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом (джемом)	200	0,06	0,02	13,96	55,82
4	37	Салат из лечо с луком (с луком репчатым)	100	1,10	5,11	2,53	61,63
5							
		Итого за ужин	560	22,49	26,47	73,32	610,59
2 ужин							
1	65	Кефир	200	5,80	5,00	8,00	106,00
2							
3							
4							
5							
		Итого за 2 ужин	200	5,80	5,00	8,00	106,00
		Итого за день	2760	80,55	110,57	382,57	2622,77