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: 2023.04.26 17:25:58 +12'00'

Утверждаю

Директор МБОУ Центр образования г.Певек

Дата 27.04.2023

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 репчатым луком)	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)	90	13,50	19,80	11,72	281,46
4	10	Капуста тушеная (с капустой белокачанной)	150	3,06	5,52	11,83	115,50
5	48	Соки овощные, фруктовые или ягодные (сок яблочный)	200	1,00	0,00	20,20	84,44
6	58	Хлеб пшеничный	60	2,81	0,66	37,89	156,00
7							
		Итого за обед	760	22,89	30,17	96,83	753,55
		Итого за день	1310	41,23	54,40	177,89	1358,06

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: 2023.04.26 17:26:15 +12'00'

Утверждаю

Директор МБОУ Центр образования г.Певек

Дата 27.04.2023

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	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)	100	0,87	5,12	2,62	61,63
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 белокачанной)	180	3,67	6,62	14,20	138,60
3	21	Котлеты, биточки, шницели (с маслом)	100	15,00	22,00	13,02	312,73
4	62	Кукуруза сахарная	100	2,00	0,25	10,25	52,25
5	48	Соки овощные, фруктовые или ягодные (сок яблочный)	200	1,00	0,00	20,20	84,44
6	58	Хлеб пшеничный	60	2,81	0,66	37,89	156,00
7							
		Итого за обед	890	26,13	34,58	106,86	850,02
		Итого за день	1530	46,66	62,37	197,79	1525,33

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: 2023.04.26 17:26:28 +12'00'

Утверждаю

Директор МБОУ Центр образования г.Певек

Дата 27.04.2023

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	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)	100	0,87	5,12	2,62	61,63
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 белокачанной)	180	3,67	6,62	14,20	138,60
3	21	Котлеты, биточки, шницели (с маслом)	100	15,00	22,00	13,02	312,73
4	62	Кукуруза сахарная	100	2,00	0,25	10,25	52,25
5	48	Соки овощные, фруктовые или ягодные (сок яблочный)	200	1,00	0,00	20,20	84,44
6	58	Хлеб пшеничный	60	2,81	0,66	37,89	156,00
7							
		Итого за обед	890	26,13	34,58	106,86	850,02
Полдник							
1	61	Кисель витаминизированный из концентрата промышленного производства	200	0,00	0,00	14,40	82,00
2	79	Ватрушка с джемом	100	6,80	4,72	38,96	225,29
3	57	Плоды или ягоды свежие (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
4							
5							
		Итого за полдник	400	7,20	5,12	63,16	354,29
Ужин							
1	23	Печень говяжья по-строгановски	100	16,76	11,22	6,62	185,00
2	11	Каша рассыпчатая (с маслом сливочным, с пшеном)	180	10,31	7,31	46,37	292,50
3	34	Салат из свеклы отварной	100	1,41	6,01	8,26	92,80
4	49	Чай с лимоном	200	0,12	0,02	13,70	55,86
5	59	Хлеб ржаной	60	2,76	0,72	24,24	104,40
		Итого за ужин	640	31,36	25,28	99,19	730,56
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	42	Яйца вареные	40	5,08	4,60	0,28	63,00
4							
5							
		Итого за 2 ужин	280	7,07	5,06	39,24	222,86
		Итого за день	2850	92,29	97,83	399,38	2833,04