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: 2023.09.28 17:30:16 +12'00'

Утверждаю

Директор МБОУ Центр образования г.Певек

Дата 29.09.2023

Меню 7 – 11 лет

№	№ рецепта	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энер-кая ценность
				Б	Ж	У	
Завтрак							
1	40	Пудинг из творога (запеченный) (с соусом)	160	16,37	13,36	29,14	298,46
2	54	Сыр (порциями) (Российский)	15	3,48	4,42	0,00	54,00
3	49	Чай с лимоном	200	0,12	0,02	13,70	55,86
4	58	Хлеб пшеничный	40	1,87	0,44	25,26	104,00
5	59	Хлеб ржаной	20	0,92	0,24	8,08	34,80
6							
7							
		Итого за завтрак	435	22,76	18,48	76,18	547,12
Обед							
1	5	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	3,72	2,42	14,30	101,68
2	19	Жаркое по-домашнему (с говядиной, тазобедренная часть (боковой кусок))	150	13,89	15,51	14,21	252,86
3	83	Салат из белокочанной капусты (с репчатым луком)	80	2,49	0,59	33,68	138,67
4	46	Компот из свежих плодов (яблоки, айва или груша) (с яблоками)	200	0,16	0,16	27,88	114,60
5	58	Хлеб пшеничный	40	1,87	0,44	25,26	104,00
6	59	Хлеб ржаной	20	0,92	0,24	8,08	34,80
7							
		Итого за обед	690	23,05	19,36	123,41	746,61
		Итого за день	1125	45,81	37,84	199,59	1293,73

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: 2023.09.28 17:30:28 +12'00'

Утверждаю

Директор МБОУ Центр образования г.Певек

Дата 29.09.2023

Меню 12 лет и старше

№	№ рецепта	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энер-кая ценность
				Б	Ж	У	
Завтрак							
1	40	Пудинг из творога (запеченный) (с соусом)	200	20,46	16,70	36,42	373,08
2	54	Сыр (порциями) (Российский)	20	4,64	5,90	0,00	72,00
3	49	Чай с лимоном	200	0,12	0,02	13,70	55,86
4	58	Хлеб пшеничный	50	2,34	0,55	31,58	130,00
5	59	Хлеб ржаной	30	1,38	0,36	12,12	52,20
6							
7							
		Итого за завтрак	500	28,94	23,53	93,82	683,14
Обед							
1	1	Борщ с капустой и картофелем (с бульоном костным)	250	9,18	7,67	11,97	153,58
2	13	Макаронные изделия отварные	200	7,36	6,02	35,26	184,60
3	20	Котлеты домашние (с маслом)	100	13,06	22,42	10,24	221,36
4	30	Икра овощная (промышленного производства) (икра кабачковая)	100	1,90	8,90	7,70	119,00
5	47	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,08	32,02	132,80
6	58	Хлеб пшеничный	50	2,34	0,55	31,58	130,00
7	59	Хлеб ржаной	30	1,38	0,36	12,12	52,20
		Итого за обед	930	35,88	46,00	140,89	993,54
		Итого за день	1430	64,82	69,53	234,71	1676,68

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: 2023.09.28 17:30:37 +12'00'

Утверждаю

Директор МБОУ Центр образования г.Певек

Дата 29.09.2023

Меню интернат

№	№ рецепта	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энер-кая ценность
				Б	Ж	У	
Завтрак							
1	40	Пудинг из творога (запеченный) (с соусом)	200	20,46	16,70	36,42	373,08
2	54	Сыр (порциями) (Российский)	20	4,64	5,90	0,00	72,00
3	49	Чай с лимоном	200	0,12	0,02	13,70	55,86
4	58	Хлеб пшеничный	50	2,34	0,55	31,58	130,00
5	59	Хлеб ржаной	30	1,38	0,36	12,12	52,20
6							
7							
		Итого за завтрак	500	28,94	23,53	93,82	683,14
Обед							
1	1	Борщ с капустой и картофелем (с бульоном костным)	250	9,18	7,67	11,97	153,58
2	13	Макаронные изделия отварные	200	7,36	6,02	35,26	184,60
3	20	Котлеты домашние (с маслом)	100	13,06	22,42	10,24	221,36
4	30	Икра овощная (промышленного производства) (икра кабачковая)	100	1,90	8,90	7,70	119,00
5	47	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,08	32,02	132,80
6	58	Хлеб пшеничный	50	2,34	0,55	31,58	130,00
7	59	Хлеб ржаной	30	1,38	0,36	12,12	52,20
		Итого за обед	930	35,88	46,00	140,89	993,54
Полдник							
1	52	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом (сахар)	200	0,06	0,02	13,96	55,82
2	67	Запеканка со свежимы 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	17	Голубцы ленивые	200	17,42	12,10	18,50	251,26
2	37	Салат из соленых помидоров с луком (с луком репчатым)	100	1,10	5,11	2,53	61,63
3	58	Хлеб пшеничный	60	2,81	0,66	37,89	156,00
4	61	Кисель витаминизированный из концентрата промышленного производства	200	0,00	0,00	14,40	82,00
5	57	Плоды или ягоды свежие (груша)	100	0,40	0,30	10,30	47,00
		Итого за ужин	660	21,73	18,17	83,62	597,89
2 ужин							
1	51	Чай с молоком или сливками	200	1,42	1,26	14,80	75,34
2	58	Хлеб пшеничный	40	1,87	0,44	25,26	104,00
3	54	Сыр (порциями) (Российский)	20	4,64	5,90	0,00	72,00
4							
5							
		Итого за 2 ужин	260	7,93	7,60	40,06	251,34
		Итого за день	2810	102,61	106,38	454,36	2954,42