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: 2023.10.10 16:35:13 +12'00'

Утверждаю

Директор МБОУ Центр образования г.Певек

Дата 11.10.2023

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	36	Салат из соленых огурцов с луком (с луком репчатым)	60	0,52	3,07	1,57	36,98
4	51	Чай с молоком или сливками	200	1,42	1,26	14,80	75,34
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 завтрак	550	18,32	24,25	76,51	587,31
Обед							
1	7	Суп с рыбными консервами	200	6,88	6,72	11,48	133,80
2	11	Каша рассыпчатая (с маслом сливочным, с гручневой крупой ядрица)	150	8,60	6,09	38,64	243,75
3	25	Птица или кролик, тушенные в соусе (с курицей)	90	12,93	15,38	2,77	201,52
4	33	Салат из квашеной капусты (с репчатым луком)	90	1,44	4,59	7,42	77,97
5	49	Чай с лимоном	200	0,12	0,02	13,70	55,86
6	58	Хлеб пшеничный	40	1,87	0,44	25,26	104,00
7	59	Хлеб ржаной	20	0,92	0,24	8,08	34,80
		Итого за обед	790	32,76	33,48	107,35	851,70
		Итого за день	1340	51,08	57,73	183,86	1439,01

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: 2023.10.10 16:35:23 +12'00'

Утверждаю

Директор МБОУ Центр образования г.Певек

Дата 11.10.2023

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	36	Салат из соленых огурцов с луком (с луком репчатым)	100	0,87	5,12	2,62	61,63
4	51	Чай с молоком или сливками	200	1,42	1,26	14,80	75,34
5	58	Хлеб пшеничный	50	2,34	0,55	31,58	130,00
6	59	Хлеб ржаной	30	1,38	0,36	12,12	52,20
7							
		Итого за завтрак	660	21,44	28,04	96,74	701,51
Обед							
1	7	Суп с рыбными консервами	250	8,60	8,40	14,35	167,25
2	11	Каша рассыпчатая (с маслом сливочным, с гречневой крупой ядрица)	180	10,31	7,31	46,37	292,50
3	25	Птица или кролик, тушенные в соусе (с курицей)	100	14,37	17,09	3,08	223,91
4	33	Салат из квашеной капусты (с репчатым луком)	100	1,60	5,10	8,24	86,63
5	49	Чай с лимоном	200	0,12	0,02	13,70	55,86
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	910	38,72	38,83	129,44	1008,35
		Итого за день	1570	60,16	66,87	226,18	1709,86

Утверждаю

Директор МБОУ Центр образования г.Певек

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: 2023.10.10 16:35:34 +12'00'

Дата 11.10.2023

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	36	Салат из соленых огурцов с луком (с луком репчатым)	100	0,87	5,12	2,62	61,63
4	51	Чай с молоком или сливками	200	1,42	1,26	14,80	75,34
5	58	Хлеб пшеничный	50	2,34	0,55	31,58	130,00
6	59	Хлеб ржаной	30	1,38	0,36	12,12	52,20
7							
		Итого за завтрак	660	21,44	28,04	96,74	701,51
Обед							
1	7	Суп с рыбными консервами	250	8,60	8,40	14,35	167,25
2	11	Каша рассыпчатая (с маслом сливочным, с гречневой крупой ядрица)	180	10,31	7,31	46,37	292,50
3	25	Птица или кролик, тушенные в соусе (с курицей)	100	14,37	17,09	3,08	223,91
4	33	Салат из квашеной капусты (с репчатым луком)	100	1,60	5,10	8,24	86,63
5	49	Чай с лимоном	200	0,12	0,02	13,70	55,86
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	910	38,72	38,83	129,44	1008,35
Полдник							
1	44	Кисель из смеси сухофруктов	200	0,04	0,00	24,76	94,20
2	71	Пирожки с яблочным джемом	100	5,58	7,07	61,13	326,65
3							
4							
5							
		Итого за полдник	300	5,62	7,07	85,89	420,85
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	52	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом (сахар)	200	0,06	0,02	13,96	55,82
5							
		Итого за ужин	560	21,39	17,89	72,88	524,71
2 ужин							
1	65	Ряженка	200	5,80	5,00	8,40	108,00
2							
3							
4							
5							
		Итого за 2 ужин	200	5,80	5,00	8,40	108,00
		Итого за день	2630	92,97	96,83	393,35	2763,42