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: 2023.10.16 16:45:13 +12'00'

Утверждаю

Директор МБОУ Центр образования г.Певек

Дата 17.10.2023

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	52	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом (джем)	200	0,06	0,02	13,96	55,82
3	53	Масло (порциями) (масло сливочное)	15	0,12	10,88	0,19	99,00
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	57	Плоды или ягоды свежие (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
7							
Итого за завтрак			575	8,41	16,70	73,15	466,54
Обед							
1	6	Суп картофельный (с бульоном костным № 80)	200	1,88	2,26	13,50	91,20
2	13	Макаронные изделия отварные	150	5,52	4,51	26,44	138,45
3	20	Котлеты домашние (с маслом)	90	11,75	20,18	9,22	262,22
4	37	Салат из соленых помидоров с луком (с луком репчатым)	60	0,66	3,07	1,52	36,98
5	47	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,08	32,02	132,80
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			760	23,26	30,78	116,04	800,45
Итого за день			1335	31,67	47,48	189,19	1266,99

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: 2023.10.16 16:45:22 +12'00'

Утверждаю

Директор МБОУ Центр образования г.Певек

Дата 17.10.2023

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	52	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом (джем)	200	0,06	0,02	13,96	55,82
3	53	Масло (порциями) (масло сливочное)	20	0,16	14,50	0,26	132,00
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	57	Плоды или ягоды свежие (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
7							
Итого за завтрак			650	10,64	21,73	87,54	574,42
Обед							
1	6	Суп картофельный (с бульоном костным № 80)	250	2,35	2,82	16,88	114,00
2	37	Салат из соленых помидоров с луком (с луком репчатым)	100	1,10	5,11	2,53	61,63
3	13	Макаронные изделия отварные	200	7,36	6,02	35,26	184,60
4	20	Котлеты домашние (с маслом)	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	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	28,25	37,36	140,63	896,59
Итого за день			1580	38,89	59,09	228,17	1471,01

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: 2023.10.16 16:45:32 +12'00'

Утверждаю

Директор МБОУ Центр образования г.Певек

Дата 17.10.2023

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	52	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом (джем)	200	0,06	0,02	13,96	55,82
3	53	Масло (порциями) (масло сливочное)	20	0,16	14,50	0,26	132,00
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	57	Плоды или ягоды свежие (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
7							
Итого за завтрак			650	10,64	21,73	87,54	574,42
Обед							
1	6	Суп картофельный (с бульоном костным № 80)	250	2,35	2,82	16,88	114,00
2	37	Салат из соленых помидоров с луком (с луком репчатым)	100	1,10	5,11	2,53	61,63
3	13	Макаронные изделия отварные	200	7,36	6,02	35,26	184,60
4	20	Котлеты домашние (с маслом)	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	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	28,25	37,36	140,63	896,59
Полдник							
1	49	Чай с лимоном	200	0,12	0,02	13,70	55,86
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	8,19	11,08	95,71	428,55
Ужин							
1	86	Картофель отварной	180	3,43	5,18	27,62	170,82
2	23	Печень говяжья по-строгановски	100	16,76	11,22	6,62	185,00
3	36	Салат из соленых огурцов с луком (с луком репчатым)	100	0,87	5,12	2,62	61,63
4	58	Хлеб пшеничный	60	2,81	0,66	37,89	156,00
5	51	Чай с молоком или сливками	200	1,42	1,26	14,80	75,34
Итого за ужин			640	25,29	23,44	89,55	648,79
2 ужин							
1	75	Йогурт или биойогурт фруктовый питьевой	200	10,00	6,00	15,60	158,00
2							
3							
4							
5							
Итого за 2 ужин			200	10,00	6,00	15,60	158,00
Итого за день			2880	82,37	99,61	429,03	2706,35