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: 2023.10.26 17:35:31 +12'00'

Утверждаю

Директор МБОУ Центр образования г.Певек

Дата 27.10.2023

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 манной крупой)	200	4,26	4,30	15,20	116,60
2	53	Масло (порциями) (масло сливочное)	15	0,12	10,88	0,19	99,00
3	52	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом (сахар)	200	0,06	0,02	13,96	55,82
4	54	Сыр (порциями) (Российский)	15	3,48	4,42	0,00	54,00
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	490	10,71	20,30	62,69	464,22
Обед							
1	32	Салат из зеленого горошка	60	1,79	3,11	3,75	50,16
2	23	Печень говяжья по-строгановски	90	15,08	10,10	5,96	166,50
3	16	Рис отварной	150	3,65	5,37	36,69	209,70
4	1	Борщ с капустой и картофелем (с бульоном костным)	200	7,34	6,14	9,58	122,86
5	46	Компот из свежих плодов (яблоки, айва или груша) (с яблоками)	200	0,16	0,16	27,88	114,60
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	30,81	25,56	117,20	802,62
		Итого за день	1250	41,52	45,86	179,89	1266,84

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: 2023.10.26 17:35:42 +12'00'

Утверждаю

Директор МБОУ Центр образования г.Певек

Дата 27.10.2023

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 манной крупой)	250	5,33	5,38	19,00	145,75
2	53	Масло (порциями) (масло сливочное)	20	0,16	14,50	0,26	132,00
3	52	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом (сахар)	200	0,06	0,02	13,96	55,82
4	54	Сыр (порциями) (Российский)	20	4,64	5,90	0,00	72,00
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	570	13,91	26,71	76,92	587,77
Обед							
1	1	Борщ с капустой и картофелем (с бульоном костным)	250	9,18	7,67	11,97	153,58
2	23	Печень говяжья по-строгановски	100	16,76	11,22	6,62	185,00
3	16	Рис отварной	180	4,37	6,44	44,03	251,64
4	32	Салат из зеленого горошка	100	2,98	5,19	6,25	83,60
5	46	Компот из свежих плодов (яблоки, айва или груша) (с яблоками)	200	0,16	0,16	27,88	114,60
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	37,17	31,59	140,45	970,62
		Итого за день	1480	51,08	58,30	217,37	1558,39

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: 2023.10.26 17:35:53 +12'00'

Утверждаю

Директор МБОУ Центр образования г.Певек

Дата 27.10.2023

Меню интернат

№	№ рецепта	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энер-кая ценность
				Б	Ж	У	
Завтрак							
1	9	Суп молочный с крупой (с манной крупой)	250	5,33	5,38	19,00	145,75
2	53	Масло (порциями) (масло сливочное)	20	0,16	14,50	0,26	132,00
3	52	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом (сахар)	200	0,06	0,02	13,96	55,82
4	54	Сыр (порциями) (Российский)	20	4,64	5,90	0,00	72,00
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	570	13,91	26,71	76,92	587,77
Обед							
1	1	Борщ с капустой и картофелем (с бульоном костным)	250	9,18	7,67	11,97	153,58
2	23	Печень говяжья по-строгановски	100	16,76	11,22	6,62	185,00
3	16	Рис отварной	180	4,37	6,44	44,03	251,64
4	32	Салат из зеленого горошка	100	2,98	5,19	6,25	83,60
5	46	Компот из свежих плодов (яблоки, айва или груша) (с яблоками)	200	0,16	0,16	27,88	114,60
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	37,17	31,59	140,45	970,62
Полдник							
1	43	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,60
2	58	Хлеб пшеничный	40	1,87	0,44	25,26	104,00
3	66	Творожно-пшенная запеканка	150	10,20	7,00	14,10	159,40
4							
5							
		Итого за полдник	390	16,15	10,98	56,94	382,00
Ужин							
1	87	Рагу из овощей	180	2,75	13,20	17,33	199,20
2	80	Тефтели мясные	120	8,87	9,83	11,71	171,00
3	85	Овощи натуральные соленые (Помидоры соленые)	100	0,66	0,12	2,28	13,20
4	59	Хлеб ржаной	60	2,76	0,72	24,24	104,40
5	44	Кисель из смеси сухофруктов	200	0,04	0,00	24,76	94,20
		Итого за ужин	660	15,08	23,87	80,32	582,00
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	2730	88,11	98,15	362,63	2628,39