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: 2024.02.14 17:09:16 +12'00'

Утверждаю

Директор МБОУ Центр образования г.Певек

Дата 15.02.2024

Меню 7 – 11 лет

№	№ рецепта	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энер-кая ценность
				Б	Ж	У	
Завтрак							
1	38	Вареники ленивые отварные (с маслом)	150	21,24	11,09	19,76	301,42
2	56	Соус сметанный	30	0,42	1,50	1,76	22,23
3	44	Кисель из смеси сухофруктов	200	0,04	0,00	24,76	94,20
4	57	Плоды или ягоды свежие (груша)	100	0,40	0,30	10,30	47,00
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	540	24,89	13,57	89,92	603,65
Обед							
1	4	Суп картофельный с бобовыми (с горохом, с бульоном костным № 80)	200	9,98	6,20	15,58	158,30
2	17	Голубцы ленивые	180	15,67	10,89	16,65	226,13
3	37	Салат из соленых помидоров с луком (с луком репчатым)	60	0,66	3,07	1,52	36,98
4	45	Компот из свежемороженых ягод	200	0,34	0,24	43,92	169,60
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	700	29,44	21,08	111,01	729,81
		Итого за день	1240	54,33	34,65	200,93	1333,46

Утверждаю

Директор МБОУ Центр образования г.Певек

Дата 15.02.2024

Меню 12 лет и старше

№	№ рецепта	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энер-кая ценность
				Б	Ж	У	
Завтрак							
1	38	Вареники ленивые отварные (с маслом)	200	28,32	14,78	26,34	401,90
2	56	Соус сметанный	30	0,42	1,50	1,76	22,23
3	44	Кисель из смеси сухофруктов	200	0,04	0,00	24,76	94,20
4	57	Плоды или ягоды свежие (груша)	100	0,40	0,30	10,30	47,00
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	610	32,90	17,49	106,86	747,53
Обед							
1	4	Суп картофельный с бобовыми (с горохом, с бульоном костным № 80)	250	12,47	7,75	19,47	197,88
2	17	Голубцы ленивые	200	17,42	12,10	18,50	251,26
3	37	Салат из соленых помидоров с луком (с луком репчатым)	100	1,10	5,11	2,53	61,63
4	45	Компот из свежемороженных ягод	200	0,34	0,24	43,92	169,60
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 обед	830	35,05	26,11	128,12	862,57
		Итого за день	1440	67,95	43,60	234,98	1610,10

Утверждаю

Директор МБОУ Центр образования г.Певек

Дата 15.02.2024

Меню интернат

№	№ рецепта	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энер-кая ценность
				Б	Ж	У	
Завтрак							
1	38	Вареники ленивые отварные (с маслом)	200	28,32	14,78	26,34	401,90
2	56	Соус сметанный	30	0,42	1,50	1,76	22,23
3	44	Кисель из смеси сухофруктов	200	0,04	0,00	24,76	94,20
4	57	Плоды или ягоды свежие (груша)	100	0,40	0,30	10,30	47,00
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	610	32,90	17,49	106,86	747,53
Обед							
1	4	Суп картофельный с бобовыми (с горохом, с бульоном костным № 80)	250	12,47	7,75	19,47	197,88
2	17	Голубцы ленивые	200	17,42	12,10	18,50	251,26
3	37	Салат из соленых помидоров с луком (с луком репчатым)	100	1,10	5,11	2,53	61,63
4	45	Компот из свежемороженных ягод	200	0,34	0,24	43,92	169,60
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 обед	830	35,05	26,11	128,12	862,57
Полдник							
1	52	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом (сахар)	200	0,06	0,02	13,96	55,82
2	69	Оладьи	100	6,98	6,26	37,63	234,74
3	77	Молоко сгущенное с сахаром	50	3,60	4,25	27,75	164,00
4							
5							
		Итого за полдник	350	10,64	10,53	79,34	454,56
Ужин							
1	13	Макаронные изделия отварные	200	7,36	6,02	35,26	184,60
2	20	Котлеты домашние (с маслом)	100	13,06	22,42	10,24	221,36
3	30	Икра овощная (промышленного производства) (икра кабачковая)	100	1,90	8,90	7,70	119,00
4	59	Хлеб ржаной	40	1,84	0,48	16,16	69,60
5	51	Чай с молоком или сливками	200	1,42	1,26	14,80	75,34
6							
		Итого за ужин	640	25,58	39,08	84,16	669,90
2 ужин							
1	61	Кисель витаминизированный из концентрата промышленного производства	200	0,00	0,00	14,40	82,00
2	26	Сосиски, сардельки отварные (сосиски)	100	10,09	18,41	0,45	247,18
3	58	Хлеб пшеничный	40	1,87	0,44	25,26	104,00
4							
5							
		Итого за 2 ужин	340	11,96	18,85	40,11	433,18
		Итого за день	480	23,92	37,70	65,82	784,36