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: 2024.02.29 17:15:33 +12'00'

Утверждаю

Директор МБОУ Центр образования г.Певек

Дата 01.03.2024

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	43	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,60
3	57	Плоды или ягоды свежие (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
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							
7							
		Итого за завтрак	520	23,64	17,98	89,86	602,86
Обед							
1	4	Суп картофельный с бобовыми (с горохом, с бульоном костным № 80)	200	9,98	6,20	15,58	158,30
2	11	Каша рассыпчатая (с маслом сливочным, с крупой пшеничной)	150	8,60	6,09	38,64	243,75
3	18	Гуляш (с говядиной, лопаточная часть (заплечная)	90	13,10	15,11	2,60	198,90
4	37	Салат из соленых помидоров с луком (с луком репчатым)	60	0,66	3,07	1,52	36,98
5	48	Соки овощные, фруктовые и ягодные (сок яблочный)	200	1,00	0,00	20,20	84,44
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	36,13	31,15	111,88	861,17
		Итого за день	1280	59,77	49,13	201,74	1464,03

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: 2024.02.29 17:15:42 +12'00'

Утверждаю

Директор МБОУ Центр образования г.Певек

Дата 01.03.2024

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	43	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,60
3	58	Хлеб пшеничный	50	2,34	0,55	31,58	130,00
4	59	Хлеб ржаной	30	1,38	0,36	12,12	52,20
5							
6							
7							
		Итого за завтрак	480	28,26	21,15	97,70	673,88
Обед							
1	4	Суп картофельный с бобовыми (с горохом, с бульоном костным № 80)	250	12,47	7,75	19,47	197,88
2	18	Гуляш (с говядиной, лопаточная часть (заплечная)	100	14,55	16,79	2,89	221,00
3	11	Каша рассыпчатая (с маслом сливочным, с пшеном)	180	10,31	7,31	46,37	292,50
4	37	Салат из соленых помидоров с луком (с луком репчатым)	100	1,10	5,11	2,53	61,63
5	48	Соки овощные, фруктовые и ягодные (сок яблочный)	200	1,00	0,00	20,20	84,44
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	43,15	37,87	135,16	1039,65
		Итого за день	1390	71,41	59,02	232,86	1713,53

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: 2024.02.29 17:15:50 +12'00'

Утверждаю

Директор МБОУ Центр образования г.Певек

Дата 01.03.2024

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	43	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,60
3	58	Хлеб пшеничный	50	2,34	0,55	31,58	130,00
4	59	Хлеб ржаной	30	1,38	0,36	12,12	52,20
5							
6							
7							
		Итого за завтрак	480	28,26	21,15	97,70	673,88
Обед							
1	4	Суп картофельный с бобовыми (с горохом, с бульоном костным № 80)	250	12,47	7,75	19,47	197,88
2	18	Гуляш (с говядиной, лопаточная часть (заплечная)	100	14,55	16,79	2,89	221,00
3	11	Каша рассыпчатая (с маслом сливочным, с пшеном)	180	10,31	7,31	46,37	292,50
4	37	Салат из соленых помидоров с луком (с луком репчатым)	100	1,10	5,11	2,53	61,63
5	48	Соки овощные, фруктовые и ягодные (сок яблочный)	200	1,00	0,00	20,20	84,44
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	43,15	37,87	135,16	1039,65
Полдник							
1	68	Пирог открытый с повидлом	70	4,33	2,25	38,72	192,50
2	52	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом (сахар)	200	0,06	0,02	13,96	55,82
3							
4							
5							
		Итого за полдник	270	4,39	2,27	52,68	248,32
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	58	Хлеб пшеничный	40	1,87	0,44	25,26	104,00
2	54	Сыр (порциями) (Российский)	20	4,64	5,90	0,00	72,00
3	52	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом (сахар)	200	0,06	0,02	13,96	55,82
4							
5							
		Итого за 2 ужин	260	6,57	6,36	39,22	231,82
		Итого за день	480	11,27	12,28	53,18	359,64