

Основное организованное меню

Утверждаю _____ директор МБОУ
Целинной ОШИ №15 - Н.А. Делявская

Основное организованное меню				Отд./корп			День	Суббота 04.10.2025г.		
Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 лет проживающие			Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо							
Завтрак	гор.блюдо	213/236	Запеканка из творога	100,0	35,04	197,3	12,3	13,2	23,4	
			творог	94	25,38					
			манка	6	0,41					
			сахар	6	0,53					
			яйцо	1/10шт	0,65					
			сухари панировочные	4	0,84					
			сметана	4	1,39					
			масло сливочное	4	3,79					
			молоко сгущенное	14	2,06					
	гор. Блюдо	75/89	Суп молочный с макаронами	200	15,88	82	4,4	4,1	15,9	
			макароны	20	1,06					
			молоко	125	12,75					
			сахар	2	0,18					
			масло сливочное	2	1,90					
	гор.напиток	272/299	кофейный напиток на молоке	200	19,96	94	2,9	2,8	14,9	
			молоко	100	10,20					
			сахар	110	9,63					
			кофейный напиток	2	0,13					
	хлеб	3//11.	бутерброд с сыром	30/10.	11,95	106	5	3	14,5	
			сыр	11	10,78					
			хлеб	30	1,17					
				66,95	479,3	24,6	23,1	68,7		
Итого										
Обед	закуска	40/48	Винегрет овощной	100	11,25	55	1,3	2,3	7,3	
			свекла	19	0,94					
			морковь	12,5	0,81					
			картофель	27,5	1,57					
			огурец соленый	27,5	5,61					
			Капуста белокачанная	20	1,02					
			лук реп.	17,5	0,89					
			сахар	0,5	0,04					
			соль	0,3	0,01					
			масло растительное	2,5	0,35					
			кислота лимонная	0,3	0,005					
	1 блюдо	52/64	Щи из свеж. Капусты с картофелем	250	11,02	98,3	2,1	7	10,1	
			Капуста белокачанная	64	3,26					
			картофель	39	2,22					
			морковь	12	0,78					
			лук реп.	11,5	0,58					
			масло растительное	5	0,70					
	2 блюдо	76/90	Рыба отварная "Горбуша"с соусом польским	120	129,59	183	12	9,5	1,7	
			горбуша	214	119,07					
			морковь	5	0,33					
			лук реп.	6	0,30					
			масло сливочное	10	9,48					
			кислота лимонная	0,2	0,003					
			мука	2	0,08					
			яйцо	5шт	0,33					
	гарнир	202/225	Макароны отварные	100	8,13	235	6,6	5	40	
			макароны	64	3,39					
			масло сливочное	5	4,74					
	напиток	278/305	чай с сахаром	200	1,18	35	0,1	0,03	9,9	
			чай	0,4	0,31					
			сахар	10	0,88					
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	55	2,15	130	3,8	1,5	25,7	
	хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	40	1,60	74,4	2,3	0,3	14,8	
				164,91	810,7	28,2	25,63	109,5		
Итого										
Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (апельсин)	200	42,9	108	2,7	0,56	2,24	
	напиток	г.п.	сок фруктовый	200	16,9	92	1	0	25,4	
	сладкое	г.п.	Вафли	20	5,1	54	0,16	0,02	0,08	
				64,9	254	3,86	0,58	27,72		
Итого				100	12,5413	82	0,9	5,1	8,3	
Ужин	закуска	27/35	Салат из свеклы с яблоком	65	3,2175					
			свекла	43	8,514					
			яблоко	5	0,695					
			масло растительное	0,5	0,0075					
			кислота лимонная	1	0,0875					
			сахар	0,5	0,0198					
	2 блюдо	105/119	Тефтели из говядины	90	38,88	154,8	9	10,8	5,4	
			Картофельное пюре	150	16,368	140	1,8	1,2	0,81	
			картофель	161,5	9,2055					
			молоко	23,75	2,4225					
			масло сливочное	5	4,74					
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,56	93,5	3,5	0,5	24,15	
			чай с молоком	200	6,283	69	1,6	1,8	12,4	
			чай	0,4	0,308					
			молоко	50	5,1					
		269/296	сахар	10	0,875					
							75,6323	539,3	16,8	19,4
Итого										
завтрак 2	кисломолочный напиток	г.п.	Кефир	200	23,6	100	5,8	5	8	
			чай с сахаром	200	1,183	35	0,1	0,03	9,9	
			чай	0,4	0,308					
			сахар	10	0,875					
	сладкое	г.п.	Печенье	50	9,23	111,7	2,1	4,5	9	
				34,013	246,7	8	9,53	26,9		
Итого					406,41	2330	81,46	78,24	283,88	
Итого за весь день										

Утверждаю: _____ директор
МБОУ Целинная ОШИ №15 Н.А.

Основное организованное меню

Основное организованное меню							Дельская		
Школа	МБОУ Целинная ОШН № 15 12-18 лет проживающие			Отд./корп.			День	Суббота 04.10.2025г.	
Прием пищи	Раздел	№ рещ	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	213/236	Запеканка из творога	7,5	14,18	430,8	25,5	19,8	35,08
			творог	141	38,07				
			манка	10	0,68				
			сахар	10	0,88				
			яйцо	1/10шт	0,65				
			сухари панировочные	6	1,26				
			сметана	6	2,09				
			масло сливочное	6	5,69				
			молоко сгущенное	20	2,94				
	гор. Блюдо	75/89	Суп молочный с макаронами	200	23,81	119	4,4	4,1	15,9
			макароны	20	1,06				
			молоко	125	2,04				
	гор.напиток	272/299	масло сливочное	2	18,96				
			кофейный напиток на молоке	200	11,61	94	2,9	2,8	14,9
			молоко	100	10,20				
			сахар	10	0,88				
	хлеб	3//11.	кофейный напиток	8	0,54				
			бутерброд с сыром	3	23,51	106	5	3	14,5
			сыр	22	21,56				
			хлеб	50	1,95				
Итого				49,30	749,8	33,4	25,6	64,48	
Обед	закуска	40/48	Винегрет овощной	100	11,24	55	1,3	2,3	7,3
			свекла	19	0,94				
			морковь	12,5	0,81				
			картофель	27,5	1,57				
			огурец соленный	27,5	5,61				
			Капуста белокачанная	20	1,02				
			лук реп.	17,5	0,88				
			сахар	0,5	0,04				
			соль	0,3	0,01				
			масло растительное	2,5	0,35				
			кислота лимонная	0,3	0,005				
	1 блюдо	52/64	Щи из свеж. Капусты с картофелем	300	13,19	112	2,1	7	10,1
			Капуста белокачанная	76	3,88				
			картофель	46	2,62				
			морковь	15	0,98				
			лук реп.	14	0,71				
			масло растительное	6	0,83				
	2 блюдо	76/90	Рыба отварная "Горбуша" с соусом польским	120	119,69	172	23	9,5	1,7
			горбуша	252	140,21				
			морковь	5	0,33				
			лук реп.	6	0,42				
			соус польский	50	9,89				
			масло сливочное	10	9,48				
			кислота лимонная	0,2	0,0030				
			мука	2	0,08				
	гарнир	292/225	яйцо	5шт	0,33				
			Макароны отварные	180	8,13	235	6,6	5	40
			макароны	64	3,39				
	напиток	278/305	масло сливочное	5	4,74				
			чай с сахаром	200	1,18	35	0,1	0,03	9,9
			чай	0,4	0,31				
	хлеб бел.	г.п.	сахар	10	0,88				
			хлеб пшеничный	55	2,15	131	3,8	1,5	25,7
хлеб ржаной			40	1,60	74,4	2,3	0,3	14,8	
хлеб черн.	г.п.			157,18	814,4	39,2	25,63	109,5	
Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (апельсин)	200	42,9	108	2,7	0,56	2,24
	напиток	г.п.	сок фруктовый	200	16,9	92	1	0	25,4
	сладкое	г.п.	Вафли	40	10,2	81	0,7	3,78	0,63
Итого				70	281	4,4	4,34	28,27	
Ужин	закуска	27/35	Салат из свеклы с яблоком	100	12,5413	82	0,9	5,1	8,3
			свекла	65	3,2175				
			яблоко	43	8,514				
			масло растительное	5	0,695				
			кислота лимонная	0,5	0,0075				
			сахар	1	0,0875				
	2 блюдо	105/119	соль	0,5	0,0198				
			Тефтели из говядины	100	43,2	338,3	14,2	22,8	22,9
			Картофельное пюре	230	19,6245	215	4,7	8,1	29,9
			картофель	193,5	11,0295				
			молоко	28,5	2,907				
			масло сливочное	6	5,688				
	хлеб бел.	269/296	хлеб пшеничный	40	1,4	93,5	3,5	0,5	24,15
			чай с молоком	200	6,283	69	1,6	1,8	12,4
			чай	0,4	0,308				
			молоко	50	5,1				
			сахар	10	0,875				
			Итого				83,0488	797,8	24,9
завтрак 2	кисломолочный напиток	г.п.	кефир	200	239,6	100	5,8	5	8
	гор. Напиток	278/305	чай с сахаром	200	12,259	35	0,1	0,03	9,9
			чай	0,4	0,308				
			сахар	10	0,875				
	сладкое	г.п.	Печенье	60	11,076	134	3,6	10,2	41,6
Итого					251,859	269	9,5	15,23	59,5
Итого за весь день					611,38	2912	111,4	109,1	359,4

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 229723484149701461558283897186772312471353484434

Владелец Делявская Наталья Анатольевна

Действителен с 28.11.2024 по 28.11.2025