

Основное организованное меню


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

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 приходящие			Отд./корп			День	Четверг			
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор.блюдо	185/208	каша пшениная молочная жидкая	200	18,62	189	7,3	11	48		
			крупа пшено	50	2,00						
			молоко	126	11,97						
			Сахар	6	0,49						
			масло сливочное	7	6,16						
	гор.напиток	274/301	какао с молоком	200	10,92	88	3,3	2,5	13,7		
			какао порошок	4	0,60						
			молоко	100	9,50						
	напиток	г.п.	кефир	200	18,00	100	5,8	5	8		
	Фрукт	г.п.	фрукт (Груша)	200	44,00	34,13	0,3	0,23	7,35		
	хлеб	1/9.	бутерброд с маслом	50/20.	19,25	165	4	16,7	23,8		
хлеб			50	1,65							
масло сливочное			20	17,60							
Итого				110,79	576,13	20,7	35,43	96,85			
Обед	закуска	36/44	Салат картофельный с зеленым горошком	100	8,19	98	3,3	5,4	10,8		
			яйцо	10	1,00						
			лук реп.	7	0,28						
			картофель	86	3,18						
			горшек зеленый консерв.	27	2,43						
			масло растительное	10	1,30						
	1 блюдо	63/72	суп картофельный с бобовыми и гренками	250	10,64	111,7	2,6	2,5	18,8		
			картофель	62,5	2,31						
			лук реп.	12	0,48						
			морковь	16	0,96						
			масло сливочное	5	4,40						
			горох	20	1,20						
	2 блюдо	115/131	рагу овощное с мясом	200	74,32	144	4,8	6,2	15,8		
			мука	3	0,20						
			картофель	98	3,63						
			Капуста белокачанная	76	3,04						
			лук реп.	35	1,40						
			морковь	63	3,78						
			масло растительное	8	1,04						
			томатна паста	6	1,74						
			филе курицы	122	58,56						
			масло сливочное	1	0,88						
			сахар	0,7	0,06						
			напиток	276/303	яблочно-лимонный напиток	200	14,62	101	0,3	0,2	2,5
					яблоко	57	10,26				
					лимон	16	2,72				
			хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,32	93,5	3,5	0,5	24,15
	хлеб ржаной	40			1,40	74,4	2,3	0,3	14,8		
	Итого				110,49	622,6	16,8	15,1	86,85		
	Итого за весь день					221,28	1198,73	37,5	50,53	183,7	

Основное организованное меню



Школа	МБОУ Целинная ОШ № 15 12-18 лет проживающие		Отд./корп						
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	185/208	каша пшеничная молочная	250/10.	23,76	351,9	17,3	11	39,9
			крупа пшено	50	2,50				
			молоко	126	11,97				
			Сахар	6	0,49				
			масло сливочное	10	8,80				
	гор.напиток	274/301	какао с молоком	200	18,30	88	3,3	2,5	13,7
			какао порошок	4	0,60				
			молоко	100	9,50				
	хлеб	1/9	бутерброд с маслом	70/20.	19,91	313	5,4	17	34
			хлеб	70	2,31				
			масло сливочное	20	17,60				
Итого					61,97	752,9	26	30,5	87,6
Обед	закуска	36/44	Салат картофельный с зеленым горошком	100	8,01	144	3,3	5,4	10,8
			яйцо	10	1,00				
			картофель	86	3,18				
			масло растительное	8	1,04				
			горошек консер.	27	2,43				
				лук реп.	9	0,36			
	1 блюдо	63/72	суп картофельный с бобовыми и гречками	250	10,64	111,7	2,6	2,5	18,8
			картофель	62,5	2,31				
			лук реп.	12	0,48				
			морковь	16	0,96				
			масло сливочное	5	4,40				
				горох	20	1,20			
				хлеб пшеничный	39	1,29			
	2 блюдо	115/131	рагу овощное с мясом	250	74,32	523	21,4	28,4	23,5
			мука	3	0,20				
			картофель	98	3,63				
			Капуста белокачанная	76	3,04				
			лук реп.	35	1,40				
			морковь	63	3,78				
			масло растительное	8	1,04				
			томатна паста	6	1,74				
			Филе курицы	122	58,56				
						масло сливочное	1	0,88	
				сахар	0,7	0,06			
	напиток	276/303	яблочно-лимонный напиток	200	14,62	101	0,3	0,2	2,5
			яблоко	57	10,26				
			лимон	16	2,72				
			Сахар	20	1,64				
			хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,32	93,5	3,5
	хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	40	1,40	74,4	2,3	0,3	14,8
Итого				110,31	1047,6	33,4	37,3	94,55	
Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (Груша)	200	44	34,13	0,3	0,23	7,35
	напиток	г.п.	сок фруктовый	200	16	92	1	0	25,4
	сладкое	г.п.	мармелад	50	16	321	0,1	0	79,4
Итого				76	447,13	1,4	0,23	112,15	
Ужин	закуска	44/98	салат из свежих овощей с су	100	16,072	153,5	2	6,14	22,54
			морковь	48,6	2,916				
			Капуста белокачанная	31,3	1,252				
			курага	9,5	5,605				
			чернослив	15,3	5,355				
			Сахар	2	0,164				
			масло растительное	6	0,78				
	2 блюдо	124/146	фрикадельки из кур	100	44	245	12,5	15,7	11,1
	гарнир	165/188	каша рассыпчатая из гречне	200	11,55	214,2	14	8,7	57,9
			крупа гречневая	95	6,27				
			масло сливочное	6	5,28				
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,32	93,5	3,5	0,5	24,15
	гор. Напиток	268/295	чай с сахаром	200	1,12	35	0,1	0,03	9,9
			чай	0,4	0,3				
			сахар	10	0,82				
Итого				74,062	741,2	32,1	31,07	115,69	
завтрак 2	кисломолочный напиток	г.п.	кефир	200	18	100	5,8	5	8
			гор. Напиток	168/295	чай с сахаром	200	1,12	35	0,1
				чай	0,4	0,3			
				Сахар	10	0,82			
	сладкое	г.п.	баранка	50	12,5	149	1,99	2,7	26,3
Итого				31,62	284	7,89	7,73	44,2	
Итого за весь день					353,96	3272,83	100,79	106,83	454,19

Основное организованное меню

Утверждаю директор МБОУ
Целинной ОШ №15 Н.А. Делявская



Школа	МБОУ Целинная ОШ № 15 7-11 лет проживающие		Отд./корп				Дата	Четверг 26.09.2024г			
Прием пищи	Раздел	№ рецеп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор.блюдо	185/208	каша пшеничная молочная жидкая	180/5	16,97	249,6	3,84	4,8	19,2		
			крупа пшено	40	2,48						
			молоко	101	9,60						
			Сахар	6	0,49						
			масло сливочное	5	4,40						
	гор.напиток	274/301	какао с молоком	200	10,62	88	3,3	2,5	13,7		
			какао порошок	2	0,30						
			молоко	100	9,50						
			Сахар	10	0,82						
	хлеб	1/9	бутерброд с маслом	5	14,69	237,6	2,77	5,8	23,2		
			хлеб	45	1,49						
			масло сливочное	15	13,20						
			Гренки с сыром	50,5-15	18,95						
			сыр	15	12,90						
				масло сливочное	5	4,40					
			хлеб	50	1,65						
Итого					42,27	575,2	9,91	13,1	56,1		
Обед	закуска	36/44	Салат картофельный с зеленым горошком	100	5,83	95,2	4,32	17,9	15,03		
			лук реп.	7	0,28						
			картофель	70	2,59						
			горошек консерв.	24	2,16						
			масло растительное	8	1,04						
			яйцо	8	0,80						
			1 блюдо	63/72	суп картофельный с бобовыми и гренками	250	10,64	11,7	2,6	2,5	18,8
					картофель	62,5	2,31				
					лук реп.	12	0,48				
					морковь	16	0,96				
	масло сливочное	5			4,40						
	горох	20			1,20						
	хлеб пшеничный	39			1,29						
	2 блюдо	115/131			рагу овощное с мясом	200	58,98	355,2	12,3	9	18
			Филе куриной грудки	97	46,56						
			мука	2	0,13						
			картофель	79	2,92						
			Капуста белокачанная	61	2,44						
			лук реп.	28	1,12						
			морковь	51	3,06						
			масло растительное	6	0,78						
			томатна паста	4,5	1,31						
			масло сливочное	0,7	0,62						
			сахар	0,6	0,05						
	напиток	276/303	яблочно-лимонный напиток	200	14,62	101	0,3	0,2	25,1		
			яблоко	57	10,26						
			лимон	16	2,72						
			Сахар	20	1,64						
			хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,32	93,5	3,5	0,5	24,15
	хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	40	1,40	74,4	2,3	0,3	14,8		
Итого				92,79	731	25,32	30,4	115,88			
Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (Груша)	200	44	34,13	0,3	0,23	7,35		
	напиток	г.п.	сок фруктовый	200	16	92	1	0	25,4		
	сладкое	г.п.	мармелад	35	11,2	112	0,04	1,1	4,4		
Итого				71,2	126,13	1,34	1,33	37,15			
Ужин	закуска	44/98	салат из свежих овощей с сухе	80	16,072	122,8	1,1	3,9	15,6		
			морковь	48,6	2,916						
			Капуста белокачанная	31,3	1,252						
			курага	9,5	5,605						
			чернослив	15,3	5,355						
			Сахар	2	0,164						
			масло растительное	6	0,78						
			2 блюдо	124/146	фрикадельки из кур	90	39,6	189,9	18	12,9	0,5
			гарнир	165/188	каша рассыпчатая из гречнев	180	8,7	267,8	12,6	7,8	52,1
					крупа гречневая	86	4,3				
			масло сливочное	5	4,4						
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,32	93,5	3,5	0,5	24,15		
	гор. Напиток	268/295	чай с сахаром	200	1,12	35	0,1	0,03	9,9		
			чай	0,4	0,3						
			сахар	10	0,82						
Итого				66,812	709	35,3	25,13	102,25			
завтрак 2	кисломолочный напиток	г.п.	Кефир	200	18	100	5,8	5	8		
	гор напиток	268/295	чай с сахаром	200	1,12	35	0,1	0,03	9,9		
			чай	0,4	0,3						
			Сахар	10	0,82						
	сладкое	г.п.	баранка	35	8,75	104,3	1,23	1,2	4,8		
Итого				27,87	239,3	7,13	6,23	22,7			

Основное организованное меню



Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 приходящие				Отд./корп			День	Четверг		
								26.09.2024г			
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор.блюдо	185/208	каша пшеничная молочная жидкая	150	16,09	249,6	3,84	4,8	19,2		
			крупа пшено	40	1,60						
			молоко	101	9,60						
			Сахар	6	0,49						
			масло сливочное	5	4,40						
	гор.напиток	274/301	какао с молоком	200	10,62	88	3,3	2,5	13,7		
			какао порошок	2	0,30						
			молоко	100	9,50						
				Сахар	10	0,82					
	напиток	г.п.	кефир	200	18,00	100	5,8	5	8		
	фрукт	г.п.	фрукт (Груша)	200	44,00	34,13	0,3	0,23	7,35		
	хлеб	1/9.	бутерброд с маслом	5	14,69	237,6	2,77	5,8	23,2		
хлеб			45	1,49							
			масло сливочное	15	13,20						
Итого					103,39	709,33	16,01	18,33	71,45		
Обед	закуска	36/44	Салат картофельный с зеленым горошком	100	6,87	95,2	4,32	9,2	15,03		
			Яйцо	8	0,80						
			лук реп.	7	0,28						
			картофель	70	2,59						
			горошек зеленый консерв.	24	2,16						
			масло растительное	8	1,04						
	1 блюдо	63/72	суп картофельный с бобовыми и гречками	250	10,64	11,7	2,6	2,5	18,8		
			картофель	62,5	2,31						
			лук реп.	12	0,48						
			морковь	16	0,96						
			масло сливочное	5	4,40						
			горох	20	1,20						
				хлеб пшеничный	39	1,29					
	2 блюдо	115/131	рагу овощное с мясом	150	58,98	355,2	12,3	9	18		
			Филе куриной грудки	97	46,56						
			мука	2	0,13						
			картофель	79	2,92						
			Капуста белокочанная	61	2,44						
			лук реп.	28	1,12						
			морковь	51	3,06						
			масло растительное	6	0,78						
			томатна паста	4,5	1,31						
			масло сливочное	0,7	0,62						
			сахар	0,6	0,05						
			напиток	276/303	яблочно-лимонный напиток	200	14,62	101	0,3	0,2	25,1
					яблоко	57	10,26				
					лимон	16	2,72				
			Сахар	20	1,64						
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,32	93,5	3,5	0,5	24,15		
	хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	40	1,40	74,4	2,3	0,3	14,8		
Итого					93,83	731	25,32	21,7	115,88		
Итого за весь день					197,22	1440,33	41,33	40,03	187,33		

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 229723484149701461558283897186772312471353484434

Владелец Делявская Наталья Анатольевна

Действителен с 28.11.2024 по 28.11.2025