

Основное организованное меню

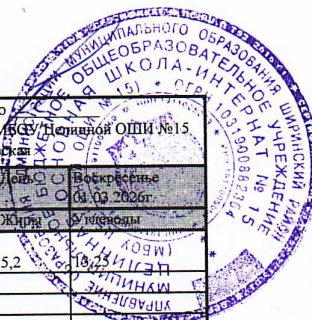
Утверждено
директор МБОУ Целинная ОИИ № 15
Н. С. Давыдова



Школа	МБОУ Целинная ОИИ № 15 7-11 лет проживания		Отд./корп.											
Примем пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Жиры	Углеводы	Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	гор.блюдо	73/86	Суп молочный с крупой рисовой	250	16,90	224								
			молоко	125	12,75									
			масло сливочное	1,6	2,20									
			сахар	1,6	0,15									
	гор.напиток	274/301		рис	20	1,80								
				какао с молоком	200	11,42	94	2,9						
				какао порошок	2	0,30								
				сахар	10	0,92								
	хлеб	2/10.		молоко	100	10,20								
				бутерброд с маслом и сыром	40/15/10	31,60	110	6,7	9,6	13,2				
				хлеб	40	1,72								
				масло сливочное	10	13,78								
закуска	г.п.		сыр	15	11,70									
			яйцо	40/1штг	4,40	63	5,08	4,6	0,28					
Итого					64,32	491	20,18	22,2	41,63					
Обед	закуска	21/29	салат "Витаминный"	100	10,34	91	1,5	4,6	11					
			Капуста белокачанная	84	3,36									
			морковь	32	1,25									
			яблоко	24	4,44									
			сахар	5	0,46									
			масло растительное	5	0,84									
	1 блюдо	56/68		Свекольник	250	11,27	113,3	2	5,1	14,8				
				картофель	53	2,39								
				свекла	82	3,12								
				морковь	12	0,47								
				лук реп.	13	0,48								
				масло растительное	5	0,84								
	2 блюдо	95/109		томатная паста	1,25	0,36								
				сахар	1,6	0,15								
				сметана	10	3,48								
				Печень по-строгановски	80/40	44,74	233	10,1	15,3	3				
				печень	143	38,32								
				масло растительное	10	1,68								
	гарнир	165/188		сметана	10	3,48								
				мука	3	0,12								
				томатная паста	4	1,14								
				каша гречневая рассыпчатая	180	11,36	267,8	12,6	7,8	52,1				
				крупа гречневая	86	4,47								
масло сливочное				5	6,89									
напиток	291/318		кисель плодово - ягодный	200	13,00	76	0	0	20					
			хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,72	93,5	3,5	0,5	24,15			
			хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	40	1,76	74,4	2,3	0,3	14,8			
Итого					94,19	949	32	33,6	139,85					
Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (яблоко)	180	33,3	33,3	0,3	0,3	6,75					
			напиток	г.п.	сок фруктовый	200	17,55	92	1	0	25,4			
			сладкое	г.п.	Печенье	40	10,8	89,3	3,6	10,2	41,6			
Итого					61,65	214,6	4,9	10,5	73,75					
Ужин	закуска	39/47	Салат Студенческий	100	7,202	137	3,8	10,5	6,8					
			картофель	45	2,025									
			морковь	25	0,975									
			гороше консерв.	27	1,647									
			яйцо	8штг	0,88									
			масло растительное	10	1,675									
	2 блюдо	104/118		фрикадельки из кур	100	49,8	207	14	12,2	10,1				
				гарнир	131/153	Каша рисовая рассыпчатая	180	11,66	241	4,4	4,3	25,3		
	хлеб бел.	г.п.		рис	53	4,77								
				масло сливочное	5	6,89								
				хлеб пшеничный	40	1,72	93,5	3,5	0,5	24,15				
				гор.напиток	268/295	чай с сахаром	200	1,2014	35	0,1	0,03	9,9		
				чай	0,4	0,2864								
сахар	10	0,915												
Итого					71,5834	713,5	25,8	27,53	76,25					
завтрак 2	кисломолочный напиток	г.п.	Кефир	200	23,6	100	5,8	5	8					
			гор.напиток	268/295	чай с сахаром	200	1,2014	35	0,1	0,03	9,9			
			чай	0,4	0,2864									
	сладкое	,260/285		сахар	10	0,915								
				Булочка сдобная	50	9,06035	159	3,9	4,3	26				
				мука	30	1,245								
				дрожжи	0,4	0,08								
				соль	0,3	0,01335								
				сахар	8	0,732								
				масло сливочное	4,5	6,201								
				яйцо	3штг	0,33								
молоко	4,5	0,459												
Итого					33,86175	294	9,8	9,33	43,9					
Итого за весь день					325,60	2662,1	92,68	103,16	375,38					

Основное организованное меню

Утверждаю
директор МБОУ Целинная ОШ № 15
Н.А. Делявина



Школа	МБОУ Целинная ОШ № 15 12-18 лет проживающие		Отд./корп				Дельс	Воскресенье		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	75/89	Суп молочный с крупой рисовой	250	16,90	224	5,5	5,2		
			молоко	125	12,75					
			масло сливочное	1,6	2,20					
			сахар	1,6	0,15					
			рис	20	1,80					
	гор.напиток	274/301	какао с молоком	200	11,42	94	2,9	2,8	14,9	
			какао порошок	2	0,30					
			сахар	10	0,92					
	хлеб	2/10.	молоко	100	10,20					
			бутерброд с маслом и сыром	40/15/10	27,20	328	6,7	9,6	13,2	
			хлеб	40	1,72	93,5	3,5	1,2	24,15	
	закуска	г.п.	масло сливочное	10	13,78					
сыр			15	11,70						
яйцо			40/1шт	4,40	63	5,08	4,6	0,28		
Итого				59,92	802,5	23,68	23,4	65,78		
Обед	закуска	21/29	салат "Витаминный"	100	50,30	91	1,5	4,6	11	
			Капуста белокачанная	84	3,36					
			морковь	32	1,25					
			яблоко	24	44,40					
			сахар	5	0,46					
	1 блюдо	56/68	масло растительное	5	0,84					
			Свекольник	250	11,27	113,3	2	5,1	14,8	
			картофель	53	2,39					
			свекла	82	3,12					
			морковь	12	0,47					
			лук реп.	13	0,48					
			масло растительное	5	0,84					
			томатна паста	1,25	0,36					
	2 блюдо	95/109	сахар	1,6	0,15					
			сметана	10	3,48					
			Печень по-строгановски	120/50.	64,37	109	23,5	19,8	3,4	
			печень	214	57,35					
			масло растительное	15	2,51					
			сметана	12,5	4,34					
			мука	4	0,17					
			соус	50	1,14					
	гарнир	165/188	томатна паста	4	1,14					
			каша гречневая рассыпчатая	200	13,21	214,2	14	8,7	57,9	
			крупя гречневая	95	4,94					
			масло сливочное	6	8,27					
			кисель плодово - ягодный	200	13,00	76	0	0	20	
	напиток	291/318	хлеб бел.	50	2,15	245	7	1,2	50,8	
хлеб бел.			г.п.	хлеб пшеничный	40	1,76	74,4	2,3	0,3	14,8
хлеб черн.			г.п.	хлеб ржаной	40	1,76	74,4	2,3	0,3	14,8
Итого				156,06	922,9	50,3	39,7	172,7		
Полдник	г.п.	фрукты	180	33,3	33,3	0,3	0,3	6,75		
		напиток	200	17,55	92	1	0	25,4		
		сладкое	40	10,8	166,3	2,9	3,8	166,8		
Итого				61,65	291,6	4,2	4,1	198,95		
Ужин	закуска	39/47	Салат Студенческий	100	7,202	137	3,8	10,5	6,8	
			картофель	45	2,025					
			морковь	25	0,975					
			гороше консерв.	27	1,647					
			яйцо	8шт	0,88					
	2 блюдо	104/118	масло растительное	10	1,675					
			фрикадельки из кур	100	45,5	207	14	12,2	10,1	
	гарнир	131/153	Каша рисовая рассыпчатая	180	12,65	241	4,4	4,3	25,3	
			рис	64	5,76					
			масло сливочное	5	6,89					
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,72	93,5	3,5	0,5	24,15	
			гор.напиток	268/295	чай с сахаром	200	1,2014	35	0,1	0,03
	гор.напиток	268/295	чай	0,4	0,2864					
			чай	10	0,915					
			сахар	10	0,915					
Итого				68,2734	713,5	25,8	27,53	76,25		
завтрак 2	кисломолочный напиток	г.п.	кефир	200	23,6	100	5,8	5	8	
			гор.напиток	268/295	чай с сахаром	200	1,2014	35	0,1	0,03
	сладкое	,260/285	чай	0,4	0,2864					
			сахар	10	0,915					
			Булочка сдобная	50	9,06035	159	3,9	4,3	26	
			мука	30	1,245					
			дрожжи	0,4	0,08					
			соль	0,3	0,01335					
			сахар	8	0,732					
			масло сливочное	4,5	6,201					
			яйцо	3шт	0,33					
молоко			4,5	0,459						
Итого				33,86175	259	9,8	9,3	43,9		
Итого за весь день				379,76	2989,5	113,78	104,03	557,58		

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 471092413905542759889334510250069883863198699200

Владелец Делявская Наталья Анатольевна

Действителен с 12.01.2026 по 12.01.2027