

Утверждаю директор
МБОУ Целинной ОШИ №15 г.А. Деляевская

Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет проживающие			Отд./корп				День	Среда 18.09.2024г.		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор.блюдо	182/205	каша манная молочная жидкая	250	29,74	325	10,2	12,8	42,3		
			крупа манная	39	2,18						
			молоко	220	20,90						
			Сахар	6	0,49						
	гор.напиток	275/302	масло сливочное	7	6,16						
			какао на сгущенном молоке	200	5,92	120	3,5	3,4	19,6		
	хлеб	4/12.	какао порошок	2	0,30						
			молоко сгущенное	38	5,62						
			бутерброд с повидлом	43/40/10	19,89	349	4,1	12,6	55,6		
			хлеб пшеничный	30	0,99						
			повидло	40	10,60						
Итого					55,55	794	17,8	28,8	117,5		
Обед	закуска	20/28	салат "из свежих огурцов и помидор"	100	7,04	81	0,7	7,4	2,9		
			огурец свежий	50	2,75						
			помидор	47	2,82						
			лук реп.	18	0,72						
			масло растительное	5	0,65						
			кислота лимонная	0,5	0,007						
			сахар	1	0,08						
			соль	0,3	0,01						
			1 блюдо	56/69	рассольник Ленинградский	250/10	23,72	120	18,16	5,3	15,4
					картофель	93,3	3,45				
	крупа перловая	5			0,28						
	морковь	12,5			0,75						
	лук реп.	6,6			0,26						
	масло сливочное	5			4,40						
	огурец соленый	26,6			9,58						
	2 блюдо	77/91	сметана	10	5,00						
			рыба припущенная "Минтай"	100	48,90	259,2	3	14,5	2,16		
			морковь	4	0,24						
			минтай	246	48,46						
	гарнир	131/153	лук реп.	5	0,20						
			картофельное пюре	180	15,15	168	3,7	6,3	23,4		
			картофель	193,5	7,16						
	напиток	291/318	масло сливочное	6	5,28						
			молоко кипяченое	28,5	2,71						
			кисель плодово - ягодный	200	12,00	76	0	0	20		
			хлеб бел.	г.п.	40	1,32	93,5	3,5	0,5	24,15	
			хлеб черн.	г.п.	40	1,40	74,4	2,3	0,3	14,8	
			соус	227/250	соус белый основной	20	1,22	49,2	3,76	3,48	0,76
					мука	1,25	0,08				
					лук реп.	1	0,04				
				масло сливочное	1,25	1,10					
Итого						110,75	921,3	35,12	37,78	103,57	
Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (яблоко)	180	32,4	33,3	0,3	0,3	6,75		
	напиток	г.п.	сок фруктовый	200	16	92	1	0	25,4		
	сладкое	г.п.	пряник	50	12,5	200	1,8	6,5	34		
Итого				60,9	325,3	3,1	6,8	66,15			
Ужин	закуска	18/26	салат из моркови с яблока	100	9,5403	67	0,9	3,4	8,4		
			морковь	80	4,8						
			яблоко	23	4,14						
			масло растительное	4	0,52						
			кислота лимонная	0,3	0,0042						
			Сахар	0,8	0,0656						
			соль	0,3	0,0105						
			гор.блюдо	123/145	плов с мясом птицы	200	63,972	522	21	27	44,2
					курры	196,5	55,02				
					лук реп.	12,5	0,5				
	морковь	13			0,78						
	хлеб бел.	г.п.	крупа рисовая	47	5,64						
			масло растительное	10,5	1,365						
			томатна паста	2,3	0,667						
			хлеб пшеничный	40	1,32	93,5	3,5	0,5	24,15		
			хлеб черн.	г.п.	40	1,4	74,4	2,3	0,3	14,8	
			гор напиток	268/295	чай с сахаром	200/20	1,12	114,8	0,1	0,03	30,1
			чай	0,4	0,3						
			сахар	10	0,82						
	Итого				77,3523	871,7	27,8	31,23	121,65		
завтрак 2	кисломолочны й напиток	сладкое	кефир	200	18	100	5,8	5	8		
			ватрушка с творогом	50	12,416812	136	5,8	3,6	19,4		
			мука	25	1,625						
			сахар	1,3	0,1066						
			масло сливочное	1	0,88						
			яйцо	8шт	0,8						
			дрожжи	0,2	0,0052						
			соль	0,4	0,014						
			масло растительное	0,2	0,026						
			ванилин	0,002	0,000012						
		творог	16	8,96							
Итого за весь день					334,97	3148,3	95,42	113,21	373,52		



Основное организованное меню

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

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 1-4 классы 7-11 приходящие			Отд./корп	Цена	Калорийность	Среда 18.09.2024г			
	Раздел	№ рец.	Блюдо				Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	182/205	каша манная молочная жидкая	150	21,02	234	7,3	9,2	30,5	
			крупа манная	28	1,20					
			молоко	158	15,01					
				Сахар	5	0,41				
				масло сливочное	5	4,40				
	гор.напиток	275/302		какао на сгущенном молоке	200	5,92	120	3,5	3,4	19,6
				какао порошок	2	0,30				
				молоко сгущенное	38	5,62				
	напиток	г.п.		кефир	200	18,00	100	5,8	5	8
	фрукт	г.п.		фрукт (Яблоко)	180	32,40	33,3	0,3	0,3	6,75
	хлеб	4/12.		бутерброд с повидлом	30/40/10	19,89	222	2,4	7,5	36,9
				хлеб пшеничный	30	0,99				
			повидло	40	10,60					
Итого					97,24	709,3	19,3	25,4	101,75	
Обед	закуска	20/28	салат "Из свежих огурцов и помидор"	100	5,08	61	0,7	7,4	2,9	
			огурец свежий	30	1,65					
			помидор	38	2,28					
			лук реп.	10	0,40					
			масло растительное	5	0,65					
			кислота лимонная	0,5	0,007					
			сахар	1	0,08					
			соль	0,3	0,01					
	1 блюдо	56/69		рассольник Ленинградский	250/10	23,72	120	18,16	5,3	15,4
				картофель	93,3	3,45				
				крупа перловая	5	0,28				
				морковь	12,5	0,75				
				лук реп.	6,6	0,26				
				масло сливочное	5	4,40				
				огурец соленый	26,6	9,58				
				сметана	10	5,00				
	2 блюдо	77/91		рыба припущенная "Минтай"	90	39,15	226	18,2	10,2	2
				минтай	196	38,61				
				морковь	5	0,30				
				лук реп.	6	0,24				
	соус	227/250		соус белый основной	20	1,22	45,2	3,76	3,48	0,76
				лук реп.	1	0,04				
				масло сливочное	1,25	1,10				
	гарнир	131/153		картофельное пюре	150	12,63	140	1,8	1,2	0,81
				картофель	161,5	5,98				
				масло сливочное	5	4,40				
				молоко кипяченое	23,75	2,26				
	напиток	291/318		кисель плодово - ягодный	200	12,00	76	0	0	20
	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	65,1	2,01	0,26	1,04
	Итого					96,52	826,8	48,13	28,34	67,06
	Итого за весь день					193,76	1536,1	67,43	53,74	168,81

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

Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШ № 15 12-18 лет приходящие			Отд./корп				День	Среда 18.09.2024г.		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор.блюдо	182/205	каша манная молочная	29	29,23	210	10,2		42,3		
			жидкая								
			крупа манная	39	1,68						
			молоко	220	20,90						
			Сахар	6	0,49						
	гор.напиток	275/302	масло сливочное	7	6,16						
			какао на сгущенном молоке	200	5,92	120	3,5	3,4	19,6		
			какао порошок	2	0,30						
	напиток	г.п.	молоко сгущенное	38	5,62						
			кефир	200	18,00	100	5,8	5	8		
Фрукт	г.п.	фрукт (Яблоко)	180	32,40	33,3	0,3	0,3	6,755			
хлеб	4/12.	бутерброд с повидлом	30/40/10	20,21	122	2,4	7,5	36,9			
		масло сливочное	10	8,80							
		повидло	40	10,60							
Итого					105,76	585,3	22,2	29	113,555		
Обед	закуска	14/22	салат "Из свежих огурцов и помидор"	100	7,04	81	0,7	7,4	2,9		
			огурец свежий	50	2,75						
			помидор	47	2,82						
			лук реп.	18	0,72						
			масло растительное	5	0,65						
			кислота лимонная	0,5	0,01						
			сахар	1	0,08						
			соль	0,3	0,01						
			1 блюдо	56/69	рассольник Ленинградский	250/10	23,72	120	18,16	5,3	15,4
					картофель	93,3	3,45				
	крупа перловая	5			0,28						
	морковь	12,5			0,75						
	лук реп.	6,6			0,26						
	масло сливочное	5			4,40						
	огурец соленый	26,6			9,58						
	сметана	10	5,00								
	2 блюдо	77/91	рыба припущенная "Минтай"	100	48,90	259,2	3	14,5	2,16		
			морковь	4	0,24						
			минтай	246	48,46						
			лук реп.	5	0,20						
	гарнир	131/153	картофельное пюре	180	15,15	168	3,7	6,3	23,4		
			картофель	193,5	7,16						
			масло сливочное	6	5,28						
			молоко кипяченое	28,5	2,71						
	напиток	291/318	кисель плодово - ягодный	200	12,00	76	0	0	20		
	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		
	соус	227/250	соус белый основной	20	1,22	61,5	4,7	4,35	0,95		
			мука	1,25	0,08						
			лук реп.	1	0,04						
масло сливочное			1,25	1,10							
Итого					110,75	933,6	36,06	38,65	103,76		
Итого за весь день					216,51	1518,9	58,26	67,65	217,315		

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

Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 лет проживания			Отд./корп				День	Среда 18.09.2024г	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор блюдо	182/205	каша манная молочная жидкая	180/5.	21,39	234	7,3	9,2	30,5	
			крупа манная	28	1,57					
			молоко	158	15,01					
			Сахар	5	0,41					
			масло сливочное	5	4,40					
	гор.напиток	275/302	какао на сгущенном молоке	200	4,30		3,5	3,4	19,6	
			какао порошок	2	0,30					
			молоко сгущенное	38	5,62					
	хлеб	4/12.	г.п. яйцо вареное	40	4,00					
			бублик с повидлом	40-50-10	23,37	222	2,4	7,5	36,9	
			масло сливочное	10	8,80					
			хлеб пшеничный	40	1,32					
			повидло	50	13,25					
Итого					49,06	456	13,2	20,1	87	
Обед	закуска	20/28	салат "из свежих огурцов и помидор"	60	5,08	81	0,7	7,4	2,9	
			огурец свежий	30	1,65					
			помидор	38	2,28					
			лук реп.	10	0,40					
			масло растительное	5	0,65					
			кислота лимонная	0,5	0,007					
			сахар	1	0,08					
				соль	0,3	0,01				
	1 блюдо	56/69	рассольник Ленинградский	250/10	23,72	120	18,16	5,3	15,4	
			картофель	93,3	3,45					
			крупа перловая	5	0,28					
			морковь	12,5	0,75					
			лук реп.	6,6	0,26					
			масло сливочное	5	4,40					
			огурец соленый	26,6	9,58					
				сметана	10	5,00				
	2 блюдо	77/91	рыба припущенная "Минтай"	90	39,15	224	18,2	10,2	2	
			минтай	196	38,61					
			морковь	5	0,30					
			лук реп.	6	0,24					
	соус	227/250	соус белый основной	20	1,22	49,2	3,76	3,48	0,76	
			лук реп.	1	0,04					
			масло сливочное	1,25	1,10					
	гарнир	131/153	мука	1,25	0,08					
			картофельное пюре	150	12,63	140	1,8	1,2	0,81	
			картофель	161,5	5,98					
			масло сливочное	5	4,40					
			молоко кипяченое	23,75	2,26					
напиток	291/318	кисель плодово - ягодный	200	12,00	76	0	0	20		
		хлеб бел.	г.п.	40	1,32	93,5	3,5	0,5	24,15	
		хлеб черн.	г.п.	40	1,40	65,1	2,01	0,26	1,04	
Итого				96,52	848,8	48,13	28,34	67,06		
Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (яблоко)	180	32,4	33,3	0,3	0,3	6,75	
	напиток	г.п.	сок фруктовый	200	16	92	1	0	25,4	
	сладкое	г.п.	пряник	50	12,5	200	1,8	6,5	34	
Итого				60,9	325,3	3,1	6,8	66,15		
Ужин	закуска	18/26	салат из моркови с яблока	100	12,1403	67	0,9	3,4	8,4	
			морковь	80	4,8					
			яблоко	23	4,14					
			масло растительное	24	3,12					
			кислота лимонная	0,3	0,0042					
			Сахар	0,8	0,0656					
				соль	0,3	0,0105				
	гор.блюдо	123/145	плов с мясом птицы	170	53,498	443,7	12,1	9,2	36,8	
			куры	160,5	44,94					
			масло растительное	3,5	0,455					
			лук реп.	10,8	0,432					
			морковь	11,5	0,69					
			крупа рисовая	41	5,166					
			масло растительное	9,5	1,235					
			томатна паста	2	0,58					
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,32	93,5	3,5	0,5	24,15	
			хлеб черн.	г.п.	40	1,4	74,4	2,3	0,3	14,8
	гор напиток	268/295	чай с сахаром	200	0,38	35	0,1	0,03	9,9	
			чай	0,4	0,3					
				сахар	10	0,08				
Итого				68,7383	713,6	18,9	13,43	94,05		
завтрак 2	кисломолочный напиток	г.п.	Кефир	200	18	100	5,8	5	8	
			сладкое	252/276	ватрушка с творогом	50	10,61941	136	5,8	3,6
				мука	32	2,08				
				сахар	3,1	0,2542				
				масло сливочное	2	1,76				
				яйцо	8шт	0,8				
				дрожжи	0,2	0,0052				
				соль	0,4	0,014				
				масло растительное	0,2	0,026				
				ванилин	0,002	0,000012				
			творог	16	5,68					
Итого				28,61941	236	11,6	8,6	27,4		
Итого за весь день					303,84	2579,7	94,93	77,27	341,66	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 229723484149701461558283897186772312471353484434

Владелец Делявская Наталья Анатольевна

Действителен с 28.11.2024 по 28.11.2025