

Основное организованное меню



Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 лет проживающие			Отд./корп							
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки				
Завтрак	гор.блюдо	173/196	Каша рисовая вязкая	180/5.	32,77	218	5				
			масло сливочное	5	6,44						
			рис	55	4,95						
			молоко	205	20,91						
				сахар	5	0,47					
	напиток	272/299	Кофейный напиток на	молоке	200	11,54	109	3,2	2,8	18,5	
			кофейный напиток	2	0,40						
			сахар	10	0,94						
			молоко	100	10,20						
	хлеб	231/254	блины с маслом	80	8,95	80,8	2,32	4,08	12,72		
			мука	50	2,10						
			сахар	2	0,19						
			соль	1	0,05						
			дрожжи	0,5	0,10						
масло растительное			5	0,52							
	г.п		яйцо вареное	40	6,00	63	5,08	4,6	0,28		
Итого					59,25	470,8	15,6	18,48	60,7		
Обед	закуска	36/44	Винегрет овощной с	фасолью	100	12,82	95,2	4,32	17,9	15,3	
			картофель отварной	20	0,90						
			лук реп.	12	0,44						
			масло растительное	8	1,38						
			морковь	8	0,31						
			свекла	14	0,63						
	1 блюдо	60/73	фасоль	консервированная	26	2,31					
			огурец соленый	18	6,84						
			суп картофельный с	лапшой	200	5,68	88	2,24	2,2	11,24	
			картофель	60	2,70						
			морковь	8	0,31						
			лук реп.	8	0,30						
	2 блюдо	93/107	масло растительное	2	0,34						
			лапша	8	2,03						
			Гуляш из отварной	курицы	90	49,44	268,2	11,2	17,91	6,3	
			Филе курицы	100	46,00						
			морковь	13,5	0,53						
			лук реп.	11,2	0,41						
	гарнир	202/225	мука	3,3	0,14						
			томатна паста	3,3	1,02						
			масло растительное	7,8	1,34						
			картофель отварной с	маслом	180/4	19,10	151	3,5	3,8	25	
напиток	276/303	картофель	310	13,95							
		масло сливочное	4	5,15							
		яблочно-лимонный	напиток	200	17,86	78	0,3	0,2	25,1		
		яблоко	57	10,55							
хлеб бел.	г.п.	сахар	20	1,87							
		лимон	16	5,44							
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					108,38	848,3	27,36	42,81	121,89		
Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (банан)	100	23,5	96	1,13	0,38	14,25		
			напиток	г.п.	сок фруктовый	200	16	92	1	0	25,4
			сладкое	г.п.	пряник	50	6,24	200	1,8	6,5	34
Итого					45,74	388	3,93	6,88	73,65		
Салат	39/47	Салат Студенческий	80/30	9,8325	137	3,8	10,5	6,8			
			картофель	62	2,79						
			Морковь	27,5	1,0725						
			зеленый горошек	27	3,72						
			яйцо	15	2,25						
			гарнир	99/113	Биточки мясные с соусом	80/30	52,8999	200	13,8	11,1	11,1
					Биточки	80	49,68				
					соус	12,3	3,2199				
					лук реп.	0,5	0,0185				
					томатна паста	3	0,93				
гор.блюдо	166/189	масло сливочное	1,7	2,18875							
		мука	1,3	0,0546							
		сахар	0,03	0,02805							
		Каша перловая рассыпч	150	10,003	76,5	4,2	5,7	2,4			
		Перловка	67	2,278							
хлеб бел.	г.п.	масло сливочное	6	7,725							
		хлеб пшеничный	35	1,505	119,09	3,45	1,36	23,36			
хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	35	1,54	74,4	2,3	0,3	14,8			
гор. Напиток	269/296	чай с сахаром	200	1,2214	35	0,1	0,03	9,9			
		чай	0,4	0,2864							
		сахар	10	0,935							
Итого					77,0018	641,99	23,85	18,49	61,56		
завтрак 2	кисломолочный напиток	г.п.	Кефир	200	23,6	100	5,8	5			
			сладкое	г.п.	Печенье сахарное	30	8,1	125,1	2,18	2,85	125,1
Итого					31,7	225,1	7,98	86,66	317,8		
Итого за весь день					322,07	2574,19	78,72	173,32	635,6		



Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 приходящие			Отд./корп								
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	гор.блюдо	173/196	Каша рисовая вязкая	15	25,60	270,8	5,1		29,3			
			масло сливочное	5	6,44							
			рис	40	3,60							
			молоко	148	15,10							
				сахар	5	0,47						
	Фрукт	г.п		фрукт (банан)	190	44,65	70,88	1,13	0,38	14,25		
	напиток	г.п		кефир	200	23,60	100	5,8	5	8		
				бтерброд с маслом	3	5,15	106	5	3	14,5		
				масло сливочное	3	3,86						
		г.п		хлеб пшеничный	30	1,29						
Итого					99,00	547,68	17,03	23,68	66,05			
Обед	закуска	36/44	Винегрет овощной с фасолью	100	12,59	95,2	4,32	17,9	15,03			
			картофель отварной	20	0,90							
			лук реп.	6	0,22							
			масло растительное	8	1,38							
			Фасоль консерв.	24	2,31							
			огурец соленый	18	6,84							
			свекла	14	0,63							
			морковь	8	0,31							
						суп картофельный с лапшой	200	5,68	88	2,24	2,2	11,24
						картофель	60	2,70				
				морковь	8	0,31						
				лук реп.	8	0,30						
				масло растительное	2	0,34						
				лапша	8	2,03						
	2 блюдо	119/135		Гуляш из мяса птицы	90	110,59	268,2	11,2	17,91	6,3		
				Филе куриное	198	102,96						
				морковь	19,1	0,74						
				мука	3,3	0,14						
				томатная паста	3,3	1,02						
				лук реп.	15,4	0,57						
				масло сливочное	4	5,15						
					картофель отварной	150	19,10	121	3,5	3,8	25	
	гарнир	202/225		Картофель	310	13,95						
				масло сливочное	4	5,15						
				яблочно-лимонный напиток	200	17,86	78	0,3	0,2	25,1		
	напиток	276/303		яблоко	57	10,55						
				сахар	20	1,87						
				лимон	16	5,44						
	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					169,30	818,3	27,36	42,81	121,62			
Итого за весь день					268,30	1365,98	44,39	66,49	187,67			

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 471092413905542759889334510250069883863198699200

Владелец Делявская Наталья Анатольевна

Действителен с 12.01.2026 по 12.01.2027