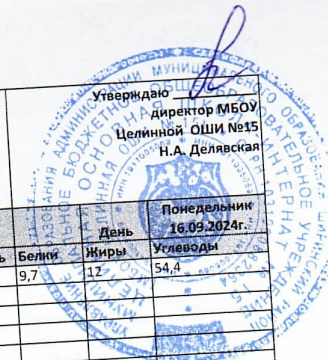


Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15			Отд./корп	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы			
	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г								
Прием пищи Завтрак	гор.блюдо	173/196	Каша рисовая вязкая	250	33,06	296	9,7	12	54,4			
			масло сливочное	55	6,16							
			рис	205	19,48							
			молоко	6	0,49							
			сахар	200	18,00	100	5,8	5	8			
			кефир	200	34,00	179,3	1,13	0,38	14,25			
			Фрукт (банан)	200	4,57	328	6,7	9,6	13,2			
			Бутерброд с маслом	5	4,40							
			масло сливочное	40	0,17							
			хлеб пшеничный		89,62	903,3	23,33	26,98	89,85			
							4,32	17,9	15,03			
			Итого									
			Обед	закуска	43/51	Винегрет овощной с фасолью	100	3,43	95,2	4,32		
						картофель отварной	25	0,93				
						лук реп.	14	0,56				
масло растительное	10	1,30										
Фасоль консерв.	30	2,79										
свекла	18	0,90										
морковь	10,7	0,64										
суп картофельный с лапшой	250	7,69				110	2,8	2,75	17,8			
картофель	93	3,44										
морковь	12,5	0,75										
лук реп.	11,5	0,46										
масло растительное	3	0,39										
лапша	10	2,65										
2 блюдо	119/135	Гуляш из мяса птицы				100	110,41	323	22,5	19,9	7	
Филе курицы	220	105,60										
мука	4	0,26										
лук реп.	18,7	0,75										
морковь	22,3	1,34										
масло растительное	10	1,30										
томатная паста	4	1,16										
картофель отварной	180	14,99				151	3,5	3,8	25			
картофель	310	11,47										
картофель	4	3,52										
масло сливочное	200	14,62				101	0,3	0,2	2,5			
яблочно-лимонный напиток	57	10,26										
яблоко	20	1,64										
сахар	16	2,72										
лимон	40	1,32				93,5	3,5	0,5	24,15			
хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный				40	1,40	74,4	2,3	0,3	14,8	
хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной				40	1,40	74,4	2,3	0,3	14,8	
				44,61	948,1	39,22	45,35	106,28				
Итого					134,23	1851,4	62,55	72,33	196,13			
Итого за весь день												



Утверждаю

директор МБОУ
Целинной ОШИ №15
Н.А. Делявская



Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 лет проживающие		Отд./корп					День	Понедельник 16.09.2024г.		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор.блюдо	173/196	Каша рисовая вязкая	180/5.	31,22	218	5	7	29,2		
			масло сливочное	5	4,40						
			рис	55	6,93						
			молоко	205	19,48						
			сахар	5	0,41						
	напиток	272/299	Кофейный напиток на молоке	200	10,71	109	3,2	2,8	18,5		
			кофейный напиток	2	0,39						
			сахар	10	0,82						
			молоко	100	9,50						
			блины с маслом	80	7,85	80,8	2,32	4,08	12,72		
	хлеб	231/254	мука	50	3,25						
			сахар	2	0,16						
			соль	1	0,04						
			дрожжи	0,5	0,01						
			масло растительное	5	0,39						
	г.п		яйцо вареное	40	4,00	63	5,08	4,6	0,28		
Итого					53,78	470,8	15,6	18,48	60,7		
Обед	закуска	36/44	Винегрет овощной с фасолью	100	12,34	95,2	4,32	17,9	15,3		
			картофель отварной	20	0,74						
			лук реп.	12	0,48						
			масло растительное	8	1,04						
			морковь	8	0,48						
			свекла	14	0,70						
			фасоль консервированная	26	2,42						
			огурец соленый	18	6,48						
			1 блюдо	60/73	суп картофельный с лапшой	200	5,40	88	2,24	2,2	11,24
					картофель	60	2,22				
			морковь	8	0,48						
			лук реп.	8	0,32						
			масло растительное	2	0,26						
			лапша	8	2,12						
	2 блюдо	93/107	Гуляш из отварной курицы	90	51,44	268,2	11,2	17,91	6,3		
			Филе курицы	100	48,00						
			морковь	13,5	0,81						
			лук реп.	11,2	0,45						
			мука	3,3	0,21						
			томатна паста	3,3	0,96						
			масло растительное	7,8	1,01						
	гарнир	202/225	картофель отварной с маслом	180/4	14,99	151	3,5	3,8	25		
			картофель	310	11,47						
			масло сливочное	4	3,52						
	напиток	276/303	яблочно-лимонный напиток	200	14,62	78	0,3	0,2	25,1		
		яблоко	57	10,26							
		сахар	20	1,64							
		лимон	16	2,72							
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					101,51	848,3	27,36	42,81	121,89		
Подзник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (банан)	100	17	96	1,13	0,38	14,25		
	напиток	г.п.	сок фруктовый	200	16	92	1	0	25,4		
	сладкое	г.п.	пряник	50	7,5	200	1,8	6,5	34		
Итого					40,5	388	3,93	6,88	73,65		
Итого	Салат	39/47	Салат Студенческий	80/30	10,844	137	3,8	10,5	6,8		
			картофель	62	2,294						
			Морковь	27,5	1,65						
			зеленый горошек	27	5,4						
			яйцо	15	1,5						
	гарнир	99/113	Биточки мясные с соусом	80/30	39,7751	200	13,8	11,1	11,1		
			Биточки	80	37,28						
			соус	12,3	2,4951						
			лук реп.	0,5	0,02						
			томатна паста	3	0,87						
	гор.блюдо	166/189	масло сливочное	1,7	1,496						
			мука	1,3	0,0845						
			сахар	0,03	0,0246						
			Каша перловая рассыпч	150	8,965	76,5	4,2	5,7	2,4		
			Перловка	67	3,685						
хлеб бел.	г.п.	масло сливочное	6	5,28							
		хлеб пшеничный	35	1,12	119,09	3,45	1,36	23,36			
		хлеб ржаной	35	1,19	74,4	2,3	0,3	14,8			
		гор. Напиток	269/296	чай с сахаром	200	1,12	35	0,1	0,03	9,9	
		чай	0,4	0,3							
		сахар	10	0,82							
Итого					63,0141	641,99	23,85	18,49	61,56		
завтрак 2	кисломолочный напиток	г.п.	Кефир	200	18	100	5,8	5			
	сладкое	г.п.	Печенье сахарное	30	9,45	125,1	2,18	2,85	125,1		
Итого					27,45	225,1	7,98	86,66	317,8		
Итого за весь день					286,25	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	23,17	270,8	5,1	15,3	29,3						
			масло сливочное	5	4,40										
			рис	40	5,04										
			молоко	148	13,32										
			сахар	5	0,41										
	Фрукт	г.п	фрукт (банан)	190	32,30	70,88	1,13	0,38	14,25						
	напиток	г.п		кефир	200	18,00	100	5,8	5	8					
				бтерброд с маслом	3	3,63	106	5	3	14,5					
				масло сливочное	3	2,64									
				хлеб пшеничный	30	0,99									
г.п															
Итого					77,10	547,68	17,03	23,68	66,05						
Обед	закуска	36/44	Винегрет овощной с фасолью	100	12,02	95,2	4,32	17,9	15,03						
			картофель отварной	20	0,74										
			лук реп.	6	0,24										
			масло растительное	8	1,04										
			Фасоль консерв.	24	2,42										
			огурец соленый	18	6,48										
			свекла	14	0,70										
			морковь	8	0,40										
			1 блюдо	60/73	суп картофельный с лапшой					200	5,40	88	2,24	2,2	11,24
			картофель		60					2,22					
	морковь	8	0,48												
	лук реп.	8	0,32												
	масло растительное	2	0,26												
	2 блюдо	119/135		лапша	8	2,12	268,2	11,2	17,91	6,3					
				Гуляш из мяса птицы	90	101,49									
				Филе куриное	198	95,04									
				морковь	19,1	1,15									
				мука	3,3	0,21									
				томатная паста	3,3	0,96									
				лук реп.	15,4	0,62									
				масло сливочное	4	3,52									
	гарнир	202/225		картофель отварной	150	14,99	121	3,5	3,8	25					
				Картофель	310	11,47									
				масло сливочное	4	3,52									
	напиток	276/303		яблочно-лимонный напиток	200	14,62	78	0,3	0,2	25,1					
				яблоко	57	10,26									
				сахар	20	1,64									
				лимон	16	2,72									
	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					151,24	818,3	27,36	42,81	121,62					
	Итого за весь день					228,34	1365,98	44,39	66,49	187,67					

Основное организованное меню

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

Понедельник
 16.09.2024г.

Школа		МБОУ Целинная ОШИ № 15									
Прием пищи		Раздел	№ рец.	Блюдо	Отд./корп	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		гор.блюдо	173/196	Каша рисовая вязкая		250	33,06	296	9,7	12	54,4
				масло сливочное		7	6,16				
				рис		55	6,93				
				молоко		205	19,48				
				сахар		6	0,49				
		гор.напиток	272/299	кофейный напиток на молоке		200	10,94	109	3,2	2,8	18,5
				молоко		100	9,50				
				кофейный напиток		8	0,62				
				сахар		10	0,82				
		хлеб	231/254	блины с маслом		100	8,77	226	5,4	7,6	33,4
				мука		50	3,25				
				сахар		2	0,16				
				соль		1	0,04				
				дрожжи		1	0,03				
				масло растительное		3	0,39				
				масло сливочное		5	4,40				
				яйцо вареное		40	0,50				
Итого							52,77	631	18,3	22,4	106,3
Обед		закуска	43/51	Винегрет овощной с фасолью		100	26,42	95,2	4,32	17,9	15,03
				картофель отварной		25	0,93				
				лук реп.		14	0,56				
				масло растительное		10	13,00				
				фасоль консервированная		27	2,51				
				морковь		10	0,60				
				свекла		18	0,90				
				огурец соленый		22	7,92				
		1 блюдо	60/73	суп картофельный с лапшой		250	7,95	110	2,8	2,75	17,8
				картофель		93	3,44				
				морковь		12,5	0,75				
				лук реп.		11,5	0,46				
				масло растительное		3	0,65				
				лапша		10	2,65				
		2 блюдо	93/107	Гуляш из отварной курицы		100	109,79	323	22,5	19,9	7
				Филе курицы		220	105,60				
				морковь		17	1,02				
				лук реп.		11,2	0,45				
				томатна паста		4	1,16				
				масло растительное		10	1,30				
				мука		4	0,26				
		гарнир	129/151	картофель отварной с маслом		180/7	6,77	207	11,5	6,4	32
				картофель		310	2,37				
				масло сливочное		5	4,40				
		напиток	276/303	яблочно-лимонный напиток		200	14,62	101	0,3	0,2	2,5
				яблоко		57	10,26				
				сахар		20	1,64				
				лимон		16	2,72				
		хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный		50	1,65	245	7	1,2	50,8
		хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной		40	1,40	74,4	2,3	0,3	14,8
Итого							168,59	1155,6	50,72	48,65	139,93
Полдник		фрукты	г.п.	фрукт свежий (банан)		150	32,3	144	2,3	0,8	31,5
		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							60,8	436	5,1	7,3	90,9
Завтрак 2		закуска	39/47	Салат Студенческий		100	7,245	137	3,8	10,5	6,8
				картофель		45	1,665				
				морковь		27,5	1,65				
				зеленый горошек консерв.		27	2,43				
				яйцо вареное		15	1,5				
		гарнир	99/113	Биточки мясные с маслом		120/50	49,967	315	21,1	15	14,2
				Биточки		100	46,6				
				Соус		5,3	3,367				
				лук реп.		1	0,04				
				томатна паста		5	1,45				
				масло сливочное		0,7	0,616				
				мука		2	0,13				
				морковь		3	0,18				
				сахар		0,5	0,041				
				масло растительное		7	0,91				
		гор.блюдо	166/189	Каша перловая рассыпчатая		200	8,965	240	21,1	15	14,2
				перловка		67	3,685				
				масло сливочное		6	5,28				
		хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный		55	1,815	131	3,8	1,8	25,7
		хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной		40	1,4	74,4	2,3	0,3	14,8
		гор. Напиток	269/296	чай с сахаром		200	1,12	35	0,1	0,03	9,9
				чай		0,4	0,3				
				сахар		10	0,82				
Итого							63,267	795,4	48,4	32,13	78,8
Итого за весь день		кисломолочный напиток	г.п.	кефир		200	18	100	5,8	5	8
		сладкое	г.п.	Печенье сахарное		40	12,6	166,8	2,9	3,8	166,8
Итого за весь день							30,6	266,8	8,7	8,8	174,8
Итого за весь день							376,03	3284,8	131,22	119,28	590,73



**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 229723484149701461558283897186772312471353484434

Владелец Делявская Наталья Анатольевна

Действителен с 28.11.2024 по 28.11.2025