

Основное организованное меню

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

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 лет прожитывающие		Отд./корп				День	Четверг 17.10.2024г			
Прием пищи	Раздел	№ рецеп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор.блюдо	185/208	каша пшеница молочная	180/5	17,27	249,6	3,84	4,8	19,2		
			жидкая								
			крупа пшено	40	2,48						
			молоко	101	9,90						
			Сахар	6	0,49						
	гор.напиток	274/301	какао с молоком	200	10,92	88	3,3	2,5	13,7		
			какао порошок	2	0,30						
			молоко	100	9,80						
	хлеб	1/9	Сахар	10	0,82						
			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						
Итого					42,88	575,2	9,91	13,1	56,1		
	Обед										
Завтрак	закуска	36/44	Салат картофельный с	100	6,01	95,2	4,32	17,9	15,03		
			зеленым горошком								
			лук реп.	7	0,30						
			картофель	70	2,59						
			горошек консерв.	24	2,16						
	1 блюдо	63/72	масло растительное	8	1,04						
			яйцо	8	0,96						
			суп картофельный с	250	10,68	11,7	2,6	2,5	18,8		
			бобовыми и гречками								
			картофель	62,5	2,31						
			лук реп.	12	0,52						
			морковь	16	0,96						
	2 блюдо	115/131	масло сливочное	5	4,40						
			горох	20	1,20						
			хлеб пшеничный	39	1,29						
			рагу овощное с мясом	200	59,25	355,2	12,3	9	18		
			Филе куриной грудки	97	46,56						
			мука	2	0,13						
			картофель	79	2,92						
	напиток	276/303	Капуста белокачанная	61	2,62						
			лук реп.	28	1,20						
			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						
			яблочно-лимонный напиток	200	15,42	101	0,3	0,2	25,1		
			яблоко	57	10,26						
			лимон	16	3,52						
	хлеб бел.	г.п.	Сахар	20	1,64						
			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					94,08	731	25,32	30,4	115,88	
Полдник											
Завтрак	фрукты	г.п.	фрукт свежий (Груша)	200	44	34,13	0,3	0,23	7,35		
			напиток	200	16	92	1	0	25,4		
			сладкое	35	11,2	112	0,04	1,1	4,4		
Итого					71,2	126,13	1,34	1,33	37,15		
	Ужин										
Завтрак	закуска	44/98	салат из свежих овощей с сух	80	17,8489	122,8	1,1	3,9	15,6		
			морковь	48,6	2,916						
			Капуста белокачанная	31,3	1,3459						
			курага	9,5	5,605						
			чернослив	15,3	7,038						
			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 гречневс	180	9,13	267,8	12,6	7,8	52,1
	хлеб бел.	г.п.	крупа гречневая	86	4,73						
			масло сливочное	5	4,4						
			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						
Итого					69,0189	709	35,3	25,13	102,25		
	завтрак 2										
Завтрак	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		



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

Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОПИ № 15 7-11 приходящие			Отд./корп				День	Четверг 17.10.2024г		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор.блюдо	185/208	каша пшенная молочная жидкая	150	17,27	249,6	3,84	4,8	19,2		
			крупа пшено	40	2,48						
			молоко	101	9,90						
			Сахар	6	0,49						
			масло сливочное	5	4,40						
	гор.напиток	274/301	какао с молоком	200	10,92	88	3,3	2,5	13,7		
			какао порошок	2	0,30						
			молоко	100	9,80						
				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					104,88	709,33	16,01	18,33	71,45		
Обед	закуска	36/44	Салат картофельный с зеленым горошком	100	7,05	95,2	4,32	9,2	15,03		
			Яйцо	8	0,96						
			лук реп.	7	0,30						
			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	10,68	11,7	2,6	2,5	18,8		
			картофель	62,5	2,31						
			лук реп.	12	0,52						
			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	59,17	355,2	12,3	9	18		
			Филе куриной грудки	97	46,56						
			мука	2	0,13						
			картофель	79	2,92						
			Капуста белокачанная	61	2,62						
			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	15,42	101	0,3	0,2	25,1
					яблоко	57	10,26				
	лимон	16			3,52						
	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					95,03	731	25,32	21,7	115,88		
Итого за весь день					199,91	1440,33	41,33	40,03	187,33		

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

Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет проживающие			Отд./корп			День	Четверг 17.10.2024г.	
Принем пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	185/208	каша пшениная молочная жидкая	250/10.	24,74	351,9	17,3	11	39,9
			крупа пшено	50	3,10				
			молоко	126	12,35				
			Сахар	6	0,49				
			масло сливочное	10	8,80				
	гор. напиток	274/301	какао с молоком	200	18,60	88	3,3	2,5	13,7
			какао порошок	4	0,60				
			молоко	100	9,80				
	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					63,25	752,9	26	30,5	87,6
Обед	закуска	36/44	Салат картофельный с зеленым горошком	100	8,24	144	3,3	5,4	10,8
			яйцо	10	1,20				
			картофель	86	3,18				
			масло растительное	8	1,04				
			горошек консер.	27	2,43				
			лук реп.	9	0,39				
	1 блюдо	63/72	суп картофельный с бобовыми и гречками	250	10,68	111,7	2,6	2,5	18,8
			картофель	62,5	2,31				
			лук реп.	12	0,52				
			морковь	16	0,96				
			масло сливочное	5	4,40				
			горох	20	1,20				
	2 блюдо	115/131	хлеб пшеничный	39	1,29				
			рагу овощное с мясом	250	74,65	523	21,4	28,4	23,5
			мука	3	0,20				
			картофель	98	3,63				
			Капуста белокачанная	76	3,27				
			лук реп.	35	1,51				
			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	15,42	101	0,3	0,2	2,5
			яблоко	57	10,26				
			лимон	16	3,52				
			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					111,71	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 уксусом	100	17,8489	153,5	2	6,14	22,54
			морковь	48,6	2,916				
			Капуста белокачанная	31,3	1,3459				
			курага	9,5	5,605				
			чернослив	15,3	7,038				
			Сахар	2	0,164				
	2 блюдо	124/146	фрикадельки из кур	100	44	245	12,5	15,7	11,1
			гарнир	165/188	каша рассыпчатая из гречне	200	10,505	214,2	14
	хлеб бел.	г.п.	крупа гречневая	95	5,225				
			масло сливочное	6	5,28				
			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					74,7939	741,2	32,1	31,07
завтрак 2	кисломолочный напиток	г.п.	кефир	200	18	100	5,8	5	8
			чай с сахаром	200	1,12	35	0,1	0,03	9,9
	гор. Напиток	168/295	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					357,37	3272,83	100,79	106,83	454,19

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

Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 приходящие			Отд./корп				День	Четверг 17.10.2024г	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	185/208	каша пшениная молочная жидкая	200	19,00	189	7,3	11	44	
			крупа пшено	50	3,10					
			молоко	126	12,35					
			Сахар	6	0,49					
			масло сливочное	7	6,16					
	гор.напиток	274/301	какао с молоком	200	11,22	88	3,3	2,5	13,7	
			какао порошок	4	0,60					
			молоко	100	9,80					
				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	50/20.	19,25	165	4	16,7	23,8	
хлеб			50	1,65						
масло сливочное			20	17,60						
Итого				111,47	576,13	20,7	35,43	96,85		
Обед	закуска	36/44	Салат картофельный с зеленым горошком	100	8,41	98	3,3	5,4	10,8	
			яйцо	10	1,20					
			лук реп.	7	0,30					
			картофель	86	3,18					
			горшек зеленый консерв.	27	2,43					
			масло растительное	10	1,30					
	1 блюдо	63/72	суп картофельный с бобовыми и гречками	250	10,68	111,7	2,6	2,5	18,8	
			картофель	62,5	2,31					
			лук реп.	12	0,52					
			морковь	16	0,96					
			масло сливочное	5	4,40					
			горох	20	1,20					
	2 блюдо	115/131	хлеб пшеничный	39	1,29					
			рагу овощное с мясом	200	74,65	144	4,8	6,2	15,8	
			мука	3	0,20					
			картофель	98	3,63					
			Капуста белокочанная	76	3,27					
			лук реп.	35	1,51					
			морковь	63	3,78					
			масло растительное	8	1,04					
			томатна паста	6	1,74					
			филе курицы	122	58,56					
			масло сливочное	1	0,88					
	напиток	276/303	сахар	0,7	0,06					
			яблочно-лимонный напиток	200	15,42	101	0,3	0,2	2,5	
			яблоко	57	10,26					
			лимон	16	3,52					
	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				111,88	622,6	16,8	15,1	86,85	
	Итого за весь день					223,35	1198,73	37,5	50,53	183,7

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 229723484149701461558283897186772312471353484434

Владелец Делявская Наталья Анатольевна

Действителен с 28.11.2024 по 28.11.2025