

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

Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 лет проживания			Отд./квртп				День	Среда 16.10.2024г					
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы					
Завтрак	гор.блюдо	182/205	каша манная молочная жидкая	180/5.	21,86	234	7,3	9,2	30,5					
			крупа манная	28	1,57									
			молоко	158	15,48									
			Сахар	5	0,41									
			масло сливочное	5	4,40									
	гор.напиток	275/302	какао на сгущенном молоке	200	5,10			3,5	3,4	19,6				
			какао порошок	2	0,30									
			молоко сгущенное	38	5,62									
		г.п.		яйцо вареное	40	4,80								
	хлеб	4/12.		бутерброд 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					50,33	456	13,2	20,1	87					
Обед	закуска	20/28	салат "из свежих огурцов и помидор"	60	10,70	81	0,7	7,4	2,9					
			огурец свежий	30	4,20									
			помидор	38	5,32									
			лук реп.	10	0,43									
			масло растительное	5	0,65									
			кислота лимонная	0,5	0,007									
			сахар	1	0,08									
			соль	0,3	0,01									
						рассольник Ленинградский	250/10	23,74	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	0,28								
				масло сливочное	5	4,40								
				огурец соленый	26,6	9,58								
				сметана	10	5,00								
				рыба припущенная "Минтай"	90	39,17	224	18,2	10,2	2				
				минтай	196	38,61								
				морковь	5	0,30								
				лук реп.	6	0,26								
				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								
				мука	1,25	0,08								
				гарнир	131/153	картофельное пюре	150	12,70	140	1,8	1,2	0,81		
						картофель	161,5	5,98						
						масло сливочное	5	4,40						
						молоко кипяченое	23,75	2,33						
				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					102,25	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 яблоком	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	53,5304	443,7	12,1	9,2	36,8
								куры	160,5	44,94				
								масло растительное	3,5	0,455				
						лук реп.	10,8	0,4644						
						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.	хлеб ржаной	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					68,7707	713,6	18,9	13,43	94,05					
завтрак 2	кисломолочный напиток	г.п.	Кефир	200	18	100	5,8	5	8					
			ватрушка с творогом	50	14,05941	136	5,8	3,6	19,4					
	сладкое	252/276	мука	32	2,08									
			сахар	3,1	0,2542									
			масло сливочное	2	1,76									
			яйцо	8шт	0,96									
			дрожжи	0,2	0,0052									
			соль	0,4	0,014									
			масло растительное	0,2	0,026									
			ванилин	0,002	0,00012									
						творог	16	8,96						
Итого					32,05941	236	11,6	8,6	27,4					
Итого за весь день					314,32	2579,7	94,93	77,27	341,66					

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

Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 1-4 классы 7-11 приходящие			Отд./корп		Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	Среда
	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена					16.10.2024г
Прием пищи										
Завтрак	гор.блюдо	182/205	каша манная молочная жидкая	150	21,86	234	7,3	9,2	30,5	
			крупа манная	28	1,57					
			молоко	158	15,48					
			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					
					98,08	709,3	19,3	25,4	101,75	
Итого										
Обед	закуска	20/28	салат "Из свежих огурцов и помидор"	100	10,70	61	0,7	7,4	2,9	
			огурец свежий	30	4,20					
			помидор	38	5,32					
			лук реп.	10	0,43					
			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	23,74	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	0,28					
			масло сливочное	5	4,40					
			огурец соленый	26,6	9,58					
			сметана	10	5,00					
	2 блюдо	77/91	рыба припущенная "Минтай"	90	39,17	226	18,2	10,2	2	
			минтай	196	38,61					
			морковь	5	0,30					
			лук реп.	6	0,26					
	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					
			мука	1,25	0,08					
	гарнир	131/153	картофельное пюре	150	12,70	140	1,8	1,2	0,81	
			картофель	161,5	5,98					
			масло сливочное	5	4,40					
			молоко кипяченое	23,75	2,33					
	напиток	291/318	кисель фруктовое - 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	
					102,25	826,8	48,13	28,34	67,06	
Итого										
Итого за весь день					200,33	1536,1	67,43	53,74	168,81	

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

Основное организованное меню

Школа		МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет приходящие			Отд./корп			День	Среда 16.10.2024г.	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	182/205	каша манная молочная	29	30,40	210	10,2	12,8	42,3	
			жидкая	39	2,18					
			крупа манная	220	21,56					
			молоко	6	0,49					
	гор.напиток	275/302	масло сливочное	7	6,16					
			какао на гущенном 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	6,755
	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					106,93	585,3	22,2	29	113,555	
Обед	закуска	14/22	салат "Из свежих огурцов и помидор"	100	15,10	81	0,7	7,4	2,9	
			огурец свежий	50	7,00					
			помидор	47	6,58					
			лук реп.	18	0,77					
			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	23,74	120	18,16	5,3
	картофель	93,3			3,45					
	крупа перловая	5			0,28					
	морковь	12,5			0,75					
	лук реп.	6,6			0,28					
	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	15,23	168	3,7	6,3	23,4	
			картофель	193,5	7,16					
			масло сливочное	6	5,28					
			молоко кипяченое	28,5	2,79					
	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					118,92	933,6	36,06	38,65	103,76	
Итого за весь день					225,85	1518,9	58,26	67,65	217,315	

Основное организованное меню

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

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет проживающие			Отд./корп				День	Среда 16.10.2024г.		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор.блюдо	182/205	каша манная молочная	250	30,40	325	10,2	12,8	42,3		
			жидкая								
			крупа манная	39	2,18						
			молоко	220	21,56						
			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		
			молоко	2	0,30						
	хлеб	4/12.	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					56,21	794	17,8	28,8	117,5		
Обед	закуска	20/28	салат "из свежих огурцов и помидор"	100	15,10	81	0,7	7,4	2,9		
			огурец свежий	50	7,00						
			помидор	47	6,58						
			лук реп.	18	0,77						
			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	23,74	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			0,28						
	2 блюдо	77/91	масло сливочное	5	4,40						
			огурец соленый	26,6	9,58						
			сметана	10	5,00						
			рыба припущенная "Минтай"	100	48,92	259,2	3	14,5	2,16		
	гарнир	131/153	морковь	4	0,24						
			минтай	246	48,46						
	напиток	291/318	лук реп.	5	0,22						
			картофельное пюре	180	15,23	168	3,7	6,3	23,4		
			картофель	193,5	7,16						
			масло сливочное	6	5,28						
			молоко кипяченое	28,5	2,79						
			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	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					118,93	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	64,0095	522	21	27	44,2
					куры	196,5	55,02				
					лук реп.	12,5	0,5375				
	морковь	13			0,78						
	крупа рисовая	47			5,64						
	масло растительное	10,5			1,365						
	хлеб бел.	г.п.	томатна паста	2,3	0,667						
			хлеб пшеничный	40	1,32	93,5	3,5	0,5	24,15		
			хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	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					77,3898	871,7	27,8	31,23	121,65	
завтрак 2	кисломолочны й напиток	г.п.	кефир	200	18	100	5,8	5	8		
	сладкое	252/276	ватрушка створогом	50	12,576812	136	5,8	3,6	19,4		
			мука	25	1,625						
			сахар	1,3	0,1066						
			масло сливочное	1	0,88						
			яйцо	8шт	0,96						
			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					344,01	3148,3	95,42	113,21

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 229723484149701461558283897186772312471353484434

Владелец Делявская Наталья Анатольевна

Действителен с 28.11.2024 по 28.11.2025