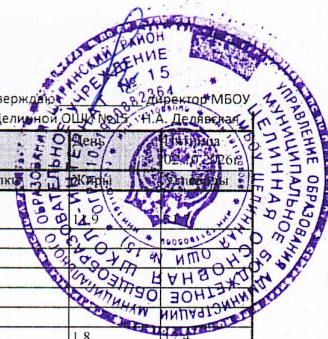


Основное организованное меню

Утверждаю: _____
Целиной ОШ № 15, Н.А. Дедякина



Школа	МБОУ Целинная ОШ № 15 7-11 лет проживающие			Отд./корп				Дата	Подпись	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеб.	
Завтрак	гор. блюдо	205/46	Макароны запеченные с яйцом	185	21,29	245	9			
			макароны	47,0	2,70					
			яйцо	27,0	2,65					
			масло сливочное	9	12,40					
			соль	1	0,05					
	гор напиток	269/54	молоко	33	3,50					
			чай с молоком	200	6,65	69	1,6	1,8	12,4	
			чай	0,4	0,29					
			молоко	50	5,30					
	хлеб	4/4	сахар	10	1,07					
			бүтерброд с повидлом	30/40/10	17,34	206	2,4	7,5	36,9	
			хлеб пшеничный	30	1,32					
			повидло	40	5,82					
	кондитерка	г. п.	масло сливочное	10	1,38					
			печенье	40	10,20	67	4	5	37	
Итого					55,49	587	17	26,2	118	
Обед	закуска	49/15	Сельдь с луком	90/4	26,54	134	6	12	4	
			сельдь	90	24,57					
			лук реп.	14	0,77					
			масло растительное	7	1,20					
	1 блюдо	62/20	суп картофельный с клецками	250	7,14	110	3	5	13	
			картофель	93	4,19					
			лук реп.	11	0,61					
			морковь	13	0,91					
			масло растительное	2,5	0,43					
			мука	3	0,13					
			соль	0,16	0,81					
			яйцо	0,8	0,08					
	2 блюдо	112/32	Запеканка картофельная с мясом	120	74,27	198	10,2	5,6	22,7	
			котлетное мясо	98	62,03					
			картофель	157	7,07					
			лук реп.	15	0,83					
			масло сливочное	2,3	3,17					
			мука	1,15	0,05					
			сухари панировочные	3,5	0,40					
			томатна паста	2,3	0,73					
			морковь	1,8	0,13					
	напиток	291/59	кисель плодово - ягодный	200	9,60	88	0	0	20	
	хлеб бел.	г. п.	хлеб пшеничный	40	2,42	94,1	2,7	0,34	20,01	
	хлеб черн.	г. п.	хлеб ржаной	40	1,80	81,92	2,66	0,48	16,74	
Итого					121,78	706,02	24,56	23,42	96,45	
Полдник	фрукты	г. п.	фрукт свежий (банан)	150	61,95	144	2	1,5	28	
	напиток	г. п.	сок фруктовый	200	16	94	0	0	25,4	
Итого					77,95	238	2	1,5	53,4	
Ужин	закуска	40/12	Винегрет овощной	100	5,72595	55	1,3	2,3	7,3	
			картофель	27,5	1,2375					
			свекла	19	0,95					
			морковь	12,5	0,875					
			огурец соленый	27,5	12,32					
			Капуста белокачанная	20	1,2					
			лук реп.	17,5	0,9625					
			масло растительное	2,5	0,43					
			сахар	0,5	0,05325					
			кислота лимонная	0,3	0,0042					
			соль	0,3	0,0135					
	2 блюдо	99/29	Шницель с маслом	90/5	57,54	229	22,5	13,5	9	
			Шницель	100	50,65					
	гарнир	202/45	масло сливочное	5	6,89					
			Макароны отварные	180	10,57	210	6,6	5	40	
			макароны	64	3,68					
	гор. Напиток	268/53	масло сливочное	5	6,89					
			чай с сахаром	200	1,3546	36	0,1	0,03	9,9	
			чай	0,4	0,2896					
			сахар	10	1,065					
	хлеб бел.	г. п.	хлеб пшеничный	40	1,76	93,5	2,7	0,34	20,01	
	хлеб ржаной	г. п.	хлеб ржаной	40	1,8	74,4	2,66	0,48	16,74	
Итого					78,75055	697,9	35,86	21,65	102,95	
ужин 2	кисломолочн ый напиток	г. п.	Кефир	200	24,6	91	5,8	5	8	
	сладкое	г. п.	Вафли	100	31,5	161	1,4	1,65	38,65	
Итого				300	56,1	252	7,2	6,65	46,65	
Итого за					390,07	2480,92	86,62	79,42	417,45	

Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 1-4 классы 7-11 приходящие		Отд./корп						
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калории	Жиры	Углеб.	Белки
Завтрак	гор.блюдо	205/46	Макароны запеченные с яйцом	30	13,09	171			
			яйцо	93,0	9,11				
			макароны	47,0	2,70				
			масло сливочное	5	6,89				
	гор.напиток	269/54	молоко	33	3,50				
			чай с молоком	200	6,65	69			
			чай	0,4	0,29				
			молоко	50	5,30				
	фрукт	г.п.	сахар	10	1,07				
			фрукт (банан)	190	39,24	144	2	1,5	28
			кефир	200	24,60	52	5,8	5	8
			бутерброд с повидлом	50/50/15	20,92	106,5	2,4	7,5	36,9
	хлеб	4/4	хлеб пшеничный	30	1,32				
			повидло	40	5,82				
			масло сливочное	10	13,78				
Итого					104,50	542,5	20,8	27,7	117
Обед	закуска	49/15	Сельдь с луком	90	26,54	124	4,7	11,1	1,5
			сельдь	90	24,57				
			лук реп.	14	0,77				
			масло растительное	7	1,20				
	1 блюдо	62/20	суп картофельный с клецками	250	7,05	93,3	2	3	12
			картофель	93	4,19				
			лук реп.	11	0,61				
			морковь	13	0,91				
			масло растительное	2,5	0,43				
			мука	3	0,13				
			соль	0,16	0,007				
			яйцо	0,8	0,78				
			Запеканка картофельная с мясом	150	74,40	305	10,2	5,6	22,7
			котлетное мясо	98	62,03				
			картофель	157	7,07				
			лук реп.	15	0,83				
			масло сливочное	2,3	3,17				
			мука	1,15	0,05				
			сухари панировочные	3,5	0,40				
			томатна паста	2,3	0,73				
			морковь	1,8	0,13				
	напиток	291/59	кисель плодово - ягодный	200	9,60	74,4	0	0	20
			хлеб бел.	55	2,42	130	3,8	1,5	25,7
			хлеб ржаной	40	1,80	74,4	2,3	0,3	14,8
Итого					121,81	801,1	23	21,5	96,7
Итого за весь день					226,31	1343,6	43,8	49,2	213,7



Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШ № 15 12-18 лет проживающие		Отд./корп						
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	205/46	Макароны запеченные с яйцом	230/10.	111,66	276			
			яйцо	117,0	11,47				
			масло сливочное	70	96,46				
			молоко	46	4,88				
	гор.напиток	269/54	макароны	65	3,74				
			чай с молоком	4	6,65	69	1,6		
			чай	0,4	0,29				
			молоко	50	5,30				
	хлеб	4/4.	сахар	10	1,07				
			бутерброд с повидлом	30/40/10	20,92	192	2,4	7,5	36,9
			хлеб пшеничный	30	1,32				
			повидло	40	5,82				
Итого			масло сливочное	10	13,78				
					139,24	537	16,5	25,8	92,7
Обед	закуска	49/15	Сельдь с луком	90	26,25	124	4,7	11,1	1,5
			сельдь	90	24,57				
			лук реп.	18	0,99				
			масло растительное	4	0,69				
	1 блюдо	62/20	суп картофельный с клецками	250	6,34	93,3	2	3	12
			картофель	93	4,19				
			лук реп.	11	0,61				
			морковь	13	0,91				
			масло растительное	2,5	0,43				
			мука	3	0,13				
			соль	0,16	0,007				
			яйцо	0,8	0,08				
	2 блюдо	112/32	Запеканка картофельная с мясом	200	104,80	433,3	19,6	7,4	30,2
			котлетное мясо	143	90,52				
			картофель	204	9,18				
			лук реп.	18	0,99				
			масло сливочное	2,6	3,58				
			сухари панировочные	4,6	0,53				
			соус томатный	33	2,07				
			мука	1,6	0,07				
			морковь	2,13	0,15				
			лук реп.	0,8	0,04				
			томатна паста	3,3	1,04				
			масло сливочное	0,53	0,73				
	напиток	291/59	сахар	0,3	0,03				
			кисель плодово - ягодный	200	9,60	76	0	0	20
			хлеб бел.	г.п.	2,42	131	3,8	1,5	25,7
			хлеб черн.	г.п.	1,80	81,92	2,66	0,48	16,74
Итого			хлеб ржаной	40					
					151,21	939,32	32,76	23,48	106,14
Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (банан)	150	30,825	144	2,3	0,8	31,5
	напиток	г.п.	сок фруктовый	200	16	92	1	0	25,4
Итого					46,825	236	3,3	0,8	56,9
Ужин	закуска	40/12	Винегрет овощной	100	18,04595	55	1,3	2,3	7,3
			картофель	27,5	1,2375				
			свекла	19	0,95				
			морковь	12,5	0,875				
			огурец соленый	27,5	12,32				
			Капуста белокачанная	20	1,2				
			лук реп.	17,5	0,9625				
			масло растительное	2,5	0,43				
			сахар	0,5	0,05325				
			кислота лимонная	0,3	0,0042				
			соль	0,3	0,0135				
	2 блюдо	99/29	Шницель с маслом	120/10	57,54	158	21,6	17,5	17,4
			шницель	100	50,65				
	2 блюдо	202/45	масло сливочное	5	6,89				
			Макароны отварные	120/10	18,4375	115	6,6	5	40
	гор. Напиток	268/53	макароны	81	4,6575				
			масло сливочное	10	13,78				
			чай с сахаром	200	1,4064	35	0,1	0,03	9,9
			чай	0,4	0,2864				
	хлеб бел.	г.п.	сахар	10	1,12				
			хлеб пшеничный	55	2,42	102	3,8	1,5	25,7
	хлеб ржаной	г.п.	хлеб ржаной	40	1,8	81,92	2,66	0,48	16,74
Итого					99,64985	546,92	36,06	26,81	117,04
ужин 2	кисломолочный напиток	г.п.	кефир	200	24,6	52	5,8	5	8
	сладкое	г.п.	Вафли	60	18,9	94	1,7	2	46,3
Итого					43,5	146	7,5	7	54,3
Итого за весь день									
					480,42	2405,44	96,12	83,89	427,08

Утверждено: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Директор: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Директор: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Директор: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Директор: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Директор: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Директор: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Директор: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Директор: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Директор: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Директор: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Директор: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Директор: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Директор: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Директор: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Директор: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Директор: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Директор: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Директор: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Директор: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Директор: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Директор: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Директор: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Директор: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Директор: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Директор: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Директор: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Директор: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Директор: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Директор: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Директор: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Директор: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Директор: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Директор: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Директор: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Директор: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Директор: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Директор: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Директор: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Директор: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Директор: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Директор: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Директор: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Директор: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Директор: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Директор: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Директор: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Директор: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Директор: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Директор: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Директор: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Директор: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Директор: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Директор: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Директор: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Директор: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Директор: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Директор: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Директор: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Директор: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Директор: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Директор: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Директор: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Директор: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Директор: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Директор: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Директор: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Директор: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Директор: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Директор: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Директор: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Директор: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Директор: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Директор: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Директор: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Директор: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Директор: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Директор: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Директор: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Директор: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Директор: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Директор: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Директор: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Директор: _____
МБОУ Целинная ОШ № 15
Девятская

Утверждено: _____
 МБОУ Целинная ОШ № 15 Н.А. Делявская

Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15			Отд./корп					
	12-18 Приходящие								
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеб.г
Завтрак	гор.блюдо	205/46	Макароны запеченные с яйцом	36	111,66	276	12,5		
			яйцо	117,0	11,47				
			масло сливочное	70	96,46				
			молоко	42	4,45				
			макароны	65	3,74				
	гор.напиток	269/54	чай с молоком	200	6,65	69	1,6	1,8	7,2
			чай	0,4	0,29				
			молоко	50	5,30				
			сахар	10	1,07				
			кефир	200	23,60	52	5,8	5	8
	напиток	г.п	фрукт (банан)	200	41,30	144	2,3	0,8	31,5
	фрукты	г.п	фрукт (банан)	200	41,30	144	2,3	0,8	31,5
	хлеб	4/4	бутерброд с повидлом	50/50/15	20,92	192	2,4	7,5	36,9
			хлеб пшеничный	30	1,32				
			повидло	40	5,82				
масло сливочное			10	13,78					
Итого				204,14	733	24,6	31,6	127	
Обед	закуска	49/15	Сельдь с луком	100	28,98	124	4,7	11,1	1,5
			сельдь	100	27,30				
			лук реп.	18	0,99				
			масло растительное	4	0,69				
			суп картофельный с клецками	250	6,34	93,3	2	3	12
	1 блюдо	62/20	картофель	93	4,19				
			лук реп.	11	0,61				
			морковь	13	0,91				
			масло растительное	2,5	0,43				
			мука	3	0,13				
			соль	0,16	0,007				
			яйцо	0,8	0,08				
			Запеканка картофельная с мясом	200	104,80	433,3	19,6	7,4	30,2
			котлетное мясо	143	90,52				
			картофель	204	9,18				
			лук реп.	18	0,99				
	2 блюдо	112/32	масло сливочное	2,6	3,58				
			сухари панировочные	4,6	0,53				
			соус томатный	33	2,07				
			мука	1,6	0,07				
			морковь	2,13	0,15				
			лук реп.	0,8	0,04				
			томатна паста	3,3	1,04				
			масло сливочное	0,53	0,73				
			сахар	0,3	0,03				
			напиток	291/59	кисель плодово - ягодный	200	9,60	76	0
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	55	2,42	131	3,8	1,5	25,7
			хлеб ржаной	40	1,80	81,92	2,66	0,48	16,74
	хлеб черн.	г.п.							
Итого					153,94	939,52	32,76	23,48	106,14
Итого за весь день					358,08	1672,52	57,36	55,08	233,14