

Основное организованное меню

Утверждено:  
директор МБОУ Целинная ОШИ №15  
Н.А. Дельвицкая



Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 лет проживающие			Отд./корп				День	Воскресенье
Принем пищи	Раздел	№ рецеп.	Блюдо	Выход. г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	73/86	Суп молочный с крупой рисовой	250	15,93	224	5,5	3,2	13,25
			молоко	125	11,88				
			масло сливочное	1,6	1,41				
			сахар	1,6	0,13				
	гор.напиток	274/301	какао с молоком	200	10,62	94	2,9	2,8	14,9
			какао порошок	2	0,30				
			сахар	10	0,82				
	хлеб	2/10	бутерброд с маслом и сыром	40/15/10	27,02	110	6,7	9,6	13,2
			хлеб	40	1,32				
			масло сливочное	10	8,80				
закуска	г.п.	сыр	15	12,90					
		яйцо	40/1шт	4,00	63	5,08	4,6	0,28	
<b>Итого</b>				<b>57,57</b>	<b>491</b>	<b>20,18</b>	<b>22,2</b>	<b>41,63</b>	
Обед	закуска	21/29	салат "Витаминный"	100	10,54	91	1,5	4,6	11
			Капуста белокачанная	84	3,36				
			морковь	32	1,92				
			яблоко	24	4,20				
			сахар	5	0,41				
			масло растительное	5	0,65				
	1 блюдо	56/68	Свеклольник	250	13,44	113,3	2	5,1	14,8
			картофель	53	1,96				
			свекла	82	4,10				
			морковь	12	0,72				
			лук реп.	13	0,52				
			масло растительное	5	0,65				
			томатна паста	1,25	0,36				
	2 блюдо	95/109	Печень по-строгановски	80/40	43,41	233	10,1	15,3	3
			печень	143	35,75				
			масло растительное	10	1,30				
			сметана	10	5,00				
			мука	3	0,20				
	гарнир	165/188	каша гречневая рассыпчатая	180	8,70	267,8	12,6	7,8	52,1
			крупа гречневая	86	4,30				
масло сливочное			5	4,40					
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	
<b>Итого</b>				<b>90,81</b>	<b>949</b>	<b>32</b>	<b>33,6</b>	<b>139,85</b>	
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.	Печенье	40	12,6	89,3	3,6	10,2	41,6
<b>Итого</b>				<b>61</b>	<b>214,6</b>	<b>4,9</b>	<b>10,5</b>	<b>73,75</b>	
Ужин	закуска	39/47	Салат Студенческий	100	7,695	137	3,8	10,5	6,8
			картофель	45	1,665				
			морковь	25	1,5				
			гороше консерв.	27	2,43				
			яйцо	8шт	0,8				
	2 блюдо	104/118	фрикадельки из кур	100	44	207	14	12,2	10,1
			Каша рисовая рассыпчатая	180	11,078	241	4,4	4,3	25,3
	гарнир	131/153	рис	53	6,678				
			масло сливочное	5	4,4				
			хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,28	93,5	3,5
	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					
<b>Итого</b>				<b>65,173</b>	<b>713,5</b>	<b>25,8</b>	<b>27,53</b>	<b>76,25</b>	
завтрак 2	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				
	сладкое	260/285	Булочка сдобная	50	7,3144	159	3,9	4,3	26
			мука	30	1,95				
			дрожжи	0,4	0,0104				
			соль	0,3	0,0105				
			сахар	8	0,656				
			масло сливочное	4,5	3,96				
			яйцо	3шт	0,3				
молоко	4,5	0,4275							
<b>Итого</b>				<b>26,4344</b>	<b>294</b>	<b>9,8</b>	<b>9,33</b>	<b>43,9</b>	
<b>Итого за весь день</b>					<b>300,99</b>	<b>2662,1</b>	<b>92,68</b>	<b>103,16</b>	<b>375,38</b>



## Основное организованное меню

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

Школа		МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет проживающие			Отд./корп				День	Воскресенье 06.10.2024г.	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор блюдо	75/89	Суп молочный с крупой рисовой	250	15,93	224	5,5	5,2	13,25		
			молоко	125	11,88						
			масло сливочное	1,6	1,41						
			сахар	1,6	0,13						
			рис	20	2,52						
	гор напиток	274/301	какао с молоком	200	10,62	94	2,9	2,8	14,9		
			какао порошок	2	0,30						
			сахар	10	0,82						
	хлеб	2/10	бутерброд с маслом и сыром	40/15/10	23,02	328	6,7	9,6	13,2		
			хлеб	40	1,32	93,5	3,5	1,2	24,15		
			масло сливочное	10	8,80						
			сыр	15	12,90						
закуска	г.п.	яйцо	40/1шт	4,00	63	5,08	4,6	0,28			
<b>Итого</b>					<b>53,57</b>	<b>802,5</b>	<b>23,68</b>	<b>23,4</b>	<b>65,78</b>		
Обед	закуска	21/29	салат "Витаминный"	100	49,54	91	1,5	4,6	11		
			Капуста белокачанная	84	3,36						
			морковь	32	1,92						
			яблоко	24	43,20						
			сахар	5	0,41						
			масло растительное	5	0,65						
	1 блюдо	56/68	Свекольник	250	13,44	113,3	2	5,1	14,8		
			картофель	53	1,96						
			свекла	82	4,10						
			морковь	12	0,72						
			лук реп.	13	0,52						
			масло растительное	5	0,65						
			томатна паста	1,25	0,36						
			сахар	1,6	0,13						
	2 блюдо	95/109	Печень по-строгановски	120/50	57,68	109	23,5	19,8	3,4		
			печень	214	49,22						
			масло растительное	15	1,95						
			сметана	12,5	6,25						
			мука	4	0,26						
	гарнир	165/188	каша гречневая рассыпчатая	200	11,55	214,2	14	8,7	57,9		
			крупя гречневая	95	6,27						
			масло сливочное	6	5,28						
	напиток	291/318	кисель плодово - ягодный	200	12,00	76	0	0	20		
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			
<b>Итого</b>					<b>147,26</b>	<b>922,9</b>	<b>50,3</b>	<b>39,7</b>	<b>172,7</b>		
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.	Печенье	40	12,6	166,3	2,9	3,8	166,8		
<b>Итого</b>					<b>61</b>	<b>291,6</b>	<b>4,2</b>	<b>4,1</b>	<b>198,95</b>		
Ужин	закуска	39/47	Салат Студенческий	100	7,695	137	3,8	10,5	6,8		
			картофель	45	1,665						
			морковь	25	1,5						
			гороше консерв.	27	2,43						
			яйцо	8шт	0,8						
	2 блюдо	104/118	фрикадельки из кур	100	44	207	14	12,2	10,1		
			масло растительное	10	1,3						
	гарнир	131/153	Каша рисовая рассыпчатая	180	12,464	241	4,4	4,3	25,3		
			рис	64	8,064						
			масло сливочное	5	4,4						
	хлеб бел.	г.п.	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							
<b>Итого</b>					<b>66,599</b>	<b>713,5</b>	<b>25,8</b>	<b>27,53</b>	<b>76,25</b>		
завтрак 2	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
	сладкое	260/285	чай	0,4	0,3						
			сахар	10	0,82						
			Булочка сладкая	50	7,3144	159	3,9	4,3	26		
			мука	30	1,95						
			дрожжи	0,4	0,0104						
			соль	0,3	0,0105						
			сахар	8	0,656						
			масло сливочное	4,5	3,96						
яйцо	3шт	0,3									
молоко	4,5	0,4275									
<b>Итого</b>					<b>26,4344</b>	<b>259</b>	<b>9,8</b>	<b>9,3</b>	<b>43,9</b>		
<b>Итого за весь день</b>					<b>354,87</b>	<b>2989,5</b>	<b>113,78</b>	<b>104,03</b>	<b>557,58</b>		

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 229723484149701461558283897186772312471353484434

Владелец Делявская Наталья Анатольевна

Действителен с 28.11.2024 по 28.11.2025