

Утверждаю

директор МБОУ

Целинной ОШИ №15

Н.А. Делявская

Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 лет проживающие			Отд./корм				День	Среда 06.11.2024г	
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					
	хлеб	4/12.	г.п. яйцо вареное	40	4,80					
			бублик 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					
	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					
	2 блюдо	77/91	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	227/250	соус белый основной	20	1,22	49,2	3,76	3,48	0,76	
			лук реп.	1	0,04					
	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
	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
	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
	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	
	сладкое	252/276	ватрушка с творогом	50	14,05941	136	5,8	3,6	19,4	
			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	0,000012					
			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				День	Среда 06.11.2024г	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
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					
Итого					98,08	709,3	19,3	25,4	101,75	
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					
	2 блюдо	77/91	рыба припущенная "Минтай"	90	39,17	226	18,2	10,2	2	
			минтай	196	38,61					
			морковь	5	0,30					
	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					
	гарнир	131/153	мука	1,25	0,08					
			картофельное пюре	150	12,70	140	1,8	1,2	0,81	
			картофель	161,5	5,98					
			масло сливочное	5	4,40					
	напиток	291/318	молоко кипяченое	23,75	2,33					
			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	826,8	48,13	28,34	67,06
	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		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор.блюдо	182/205	каша манная молочная жидкая	29	30,40	210	10,2	12,8	42,3		
			крупа манная	39	2,18						
			молоко	220	21,56						
			Сахар	6	0,49						
			масло сливочное	7	6,16						
	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	6,755		
хлеб	4/12.	бүтерброд 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	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"	100	48,90	259,2	3	14,5	2,16		
			морковь	4	0,24						
			минтай	246	48,46						
	гарнир	131/153	лук реп.	5	0,20						
			картофельное пюре	180	15,23	168	3,7	6,3	23,4		
			картофель	193,5	7,16						
			масло сливочное	6	5,28						
	напиток	291/318	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	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		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор.блюдо	182/205	каша манная молочная жидкая	250	30,40	325	10,2	12,8	42,3		
			крупа манная	39	2,18						
			молоко	220	21,56						
			Сахар	6	0,49						
			масло сливочное	7	6,16						
	гор.напиток	275/302	какао на гущенном молоке	200	5,92	120	3,5	3,4	19,6		
			какао порошок	2	0,30						
			молоко гущенное	38	5,62						
	хлеб	4/12.	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		
			морковь	4	0,24						
	гарнир	131/153	минтай	246	48,46						
			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						
	напиток	291/318	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						
	хлеб бел.	г.п.	масло растительное	10,5	1,365						
			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 с творогом	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	9148,3	95,42	113,21	373,52

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 229723484149701461558283897186772312471353484434

Владелец Делявская Наталья Анатольевна

Действителен с 28.11.2024 по 28.11.2025