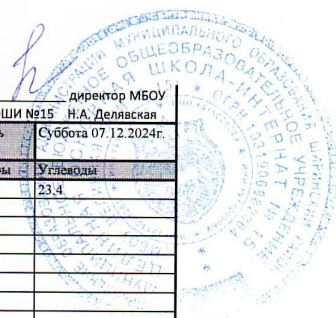


Основное организованное меню

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



Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 лет проживающие		Отд./корп				День	Суббота 07.12.2024г.			
Прием пищи	Раздел	№ реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор. блюдо	213/236	Запеканка из творога	100,0	63,20	197,3	12,3	13,2	23,4		
			творог	94	52,64						
			манка	6	0,34						
			сахар	6	0,51						
			яйцо	1/10шт	1,20						
			сухари панировочные	4	0,84						
			сметана	4	2,00						
			масло сливочное	4	3,60						
			молоко гущенное	14	2,07						
			гор. Блюдо	75/89	Суп молочный с макаронами	200	15,34	82	4,4	4,1	15,9
			макаронны	20	1,12						
			молоко	125	12,25						
			сахар	2	0,17						
			масло сливочное	2	1,80						
	гор. напиток	272/299	кофейный напиток на молоке	200	19,01	94	2,9	2,8	14,9		
		молоко	100	9,50							
		сахар	110	9,35							
		кофейный напиток	2	0,16							
хлеб	3/11.	бутерброд с сыром	30/10.	10,48	106	5	3	14,5			
		сыр	11	9,46							
		хлеб	30	1,02							
Итого				92,69	479,3		24,6	23,1	68,7		
Обед	закуска	40/48	Винегрет овощной	100	14,65	55	1,3	2,3	7,3		
			свекла	19	0,95						
			морковь	12,5	0,75						
			картофель	27,5	1,02						
			огурец соленый	27,5	9,90						
			Капуста белокачанная	20	0,86						
			лук реп.	17,5	0,75						
			сахар	0,5	0,04						
			соль	0,3	0,01						
			масло растительное	2,5	0,36						
			кислота лимонная	0,3	0,004						
			1 блюдо	52/64	Щи из свеж. Капусты с картофелем	250	11,13	98,3	2,1	7	10,1
					Капуста белокачанная	64	2,75				
			картофель	39	1,44						
			морковь	12	0,72						
			лук реп.	11,5	0,49						
			масло растительное	5	0,73						
			сметана	10	5,00						
	2 блюдо	76/90	Рыба отварная "Горбуша"с соусом польским	120	100,17	183	12	9,5	1,7		
			горбуша	214	89,88						
			морковь	5	0,30						
			лук реп.	6	0,26						
			масло сливочное	10	9,00						
			кислота лимонная	0,2	0,003						
			мука	2	0,13						
			яйцо	5шт	0,60						
	гарнир	202/225	Макаронны отварные	100	8,08	235	6,6	5	40		
			макаронны	64	3,58						
			масло сливочное	5	4,50						
	напиток	278/305	чай с сахаром	200	1,16	35	0,1	0,03	9,9		
		чай	0,4	0,31							
		сахар	10	0,85							
хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	55	1,87	130	3,8	1,5	25,7			
хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	40	1,44	74,4	2,3	0,3	14,8			
Итого				138,51	810,7		28,2	25,63	109,5		
Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (апельсин)	200	52	108	2,7	0,56	2,24		
	напиток	г.п.	сок фруктовый	200	16	92	1	0	25,4		
	сладкое	г.п.	Вафли	20	6,6	54	0,16	0,02	0,08		
Итого				74,6	254		3,86	0,58	27,72		
Ужин	закуска	27/35	Салат из свежкы с яблоком	100	11,82635	82	0,9	5,1	8,3		
			свекла	65	3,25						
			яблоко	43	7,74						
			масло растительное	5	0,725						
			кислота лимонная	0,5	0,00735						
	2 блюдо	105/119	Тефтели из говядины	90	39,6	154,8	9	10,8	5,4		
	гарнир	131/153	Картофельное пюре	150	12,73175	140	1,8	1,2	0,81		
			картофель	161,5	5,9755						
			молоко	23,75	2,25625						
			масло сливочное	5	4,5						
хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,36	93,5	3,5	0,5	24,15			
	269/296	чай с молоком	200	6,058	69	1,6	1,8	12,4			
		чай	0,4	0,308							
		молоко	50	4,9							
		сахар	10	0,85							
Итого				71,5761	539,3		16,8	19,4	51,06		
завтрак 2	кисломолочный напиток	г.п.	Кефир	200	18	100	5,8	5	8		
			гор. Напиток	278/305	чай с сахаром	200	1,158	35	0,1	0,03	9,9
	сладкое	г.п.	Печенье	50	16	111,7	2,1	4,5	9		
Итого				35,158	246,7		8	9,53	26,9		
Итого за весь день				412,53	2330		81,46	78,24	283,88		

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

Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет проживающие			Отд./корп			День	Суббота			
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор.блюдо	213/236	Запеканка из творога	7,5	15,23	430,8	25,5	19,8	35,08		
			творог	141	78,96						
			манка	10	0,56						
			сахар	10	0,85						
			яйцо	1/10шт	1,20						
			сухари панировочные	6	1,26						
			сметана	6	3,00						
			масло сливочное	6	5,40						
			молоко густенное	20	2,96						
			гор. Блюдо	75/89	Суп молочный с макаронами	200	22,72	119	4,4	4,1	15,9
			макароны	20	1,12						
			молоко	125	1,90						
			сахар	2	1,70						
			масло сливочное	2	18,00						
	гор.напиток	272/299	кофейный напиток на молоке	200	11,29	94	2,9	2,8	14,9		
			молоко	100	9,80						
			сахар	10	0,85						
			кофейный напиток	8	0,64						
	хлеб	3/11.	бутерброд с сыром	3	20,62	106	5	3	14,5		
			сыр	22	18,92						
		хлеб	50	1,70							
Итого				47,14	749,8		33,4	25,6	64,48		
Обед	закуска	40/48	Винегрет овощной	100	14,65	55	1,3	2,3	7,3		
			свекла	19	0,95						
			морковь	12,5	0,75						
			картофель	27,5	1,02						
			огурец соленый	27,5	9,90						
			Капуста белокочанная	20	0,86						
			лук реп.	17,5	0,75						
			сахар	0,5	0,04						
			соль	0,3	0,01						
			масло растительное	2,5	0,36						
			кислота лимонная	0,3	0,004						
			1 блюдо	52/64	Щи из свеж. Капусты с картофелем	300	13,34	112	2,1	7	10,1
					Капуста белокочанная	76	3,27				
					картофель	46	1,70				
					морковь	15	0,90				
			лук реп.	14	0,60						
			масло растительное	6	0,87						
			сметана	12	6,00						
	2 блюдо	76/90	Рыба отварная "Горбуша"с соусом польским	120	85,82	172	23	9,5	1,7		
			горбуша	252	105,84						
			морковь	5	0,30						
			лук реп.	6	0,26						
			соус польский	50	9,73						
			масло сливочное	10	9,00						
			кислота лимонная	0,2	0,0029						
			мука	2	0,13						
			яйцо	5шт	0,60						
	гарнир	292/225	Макароны отварные	180	8,08	235	6,6	5	40		
			макароны	64	3,58						
			масло сливочное	5	4,50						
	напиток	278/305	чай с сахаром	200	1,16	35	0,1	0,03	9,9		
			чай	0,4	0,31						
			сахар	10	0,85						
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	55	1,87	131	3,8	1,5	25,7		
	хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	40	1,44	74,4	2,3	0,3	14,8		
Итого				126,36	814,4		39,2	25,63	109,5		
Подник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (апельсин)	200	52	108	2,7	0,56	2,24		
	напиток	г.п.	сок фруктовый	200	16	92	1	0	25,4		
	сладкое	г.п.	Вафли	40	13,2	81	0,7	3,78	0,63		
Итого				81,2	281		4,4	4,34	28,27		
Ужин	закуска	27/35	Салат из свеклы с яблоком	100	11,82635	82	0,9	5,1	8,3		
			свекла	65	3,25						
			яблоко	43	7,74						
			масло растительное	5	0,725						
			кислота лимонная	0,5	0,00735						
			сахар	1	0,085						
			соль	0,5	0,019						
	2 блюдо	105/119	Тефтели из говядины	100	44	338,3	14,2	22,8	22,9		
	гарнир	131/153	Картофельное пюре	230	15,3525	215	4,7	8,1	29,9		
			картофель	193,5	7,1595						
			молоко	28,5	2,793						
			масло сливочное	6	5,4						
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,36	93,5	3,5	0,5	24,15		
		269/296	чай с молоком	200	6,058	69	1,6	1,8	12,4		
			чай	0,4	0,308						
		молоко	50	4,9							
		сахар	10	0,85							
Итого				78,59685	797,8		24,9	38,3	97,65		
завтрак 2	кисломолочный напиток	г.п.	кефир	200	18	100	5,8	5	8		
			гор. Напиток	278/305	чай с сахаром	200	20,358	35	0,1	0,03	9,9
				чай	0,4	0,308					
				сахар	10	0,85					
	сладкое	г.п.	Печенье	60	19,2	134	3,6	10,2	41,6		
Итого				38,358	269		9,5	15,23	59,5		
Итого за весь день				371,66	2912		111,4	109,1	359,4		

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 229723484149701461558283897186772312471353484434

Владелец Делявская Наталья Анатольевна

Действителен с 28.11.2024 по 28.11.2025