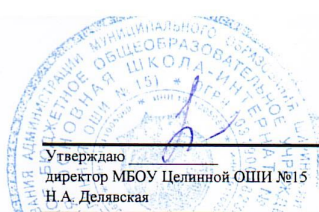


Основное организованное меню

Утверждено
директор МБОУ Целинной ОШ №15
Н.А. Деливская

Школа	МБОУ Целинная ОШ № 15 7-11 лет проживающие			Отд./корп			День	Воскресенье	
Присл. пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход. г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	73/86	Суп молочный с крупой рисовой	250	16,35	224	5,5	5,2	13,25
			молоко	125	12,25				
			масло сливочное	1,6	1,44				
			сахар	1,6	0,14				
			рис	20	2,52				
	гор.напиток	274/301	какао с молоком	200	10,95	94	2,9	2,8	14,9
			какао порошок	2	0,30				
			сахар	10	0,85				
			молоко	100	9,80				
	хлеб	2/10.	бutterброд с маслом и сыром	40/15/10	28,06	110	6,7	9,6	13,2
			хлеб	40	1,36				
			масло сливочное	10	9,00				
			сыр	15	12,90				
	закуска	г.п.	яйцо	40/1шт	4,80	63	5,08	4,6	0,28
Итого				60,16	491	20,18	22,2	41,63	
Обед	закуска	21/29	салат "Витаминный"	100	10,88	91	1,5	4,6	11
			Капуста белокачанная	84	3,61				
			морковь	32	1,92				
			яблоко	24	4,20				
			сахар	5	0,43				
			масло растительное	5	0,73				
	1 блюдо	56/68	Свекльник	250	13,56	113,3	2	5,1	14,8
			картофель	53	1,96				
			свекла	82	4,10				
			морковь	12	0,72				
			лук реп.	13	0,56				
			масло растительное	5	0,73				
			томатна паста	1,25	0,36				
			сахар	1,6	0,14				
			сметана	10	5,00				
	2 блюдо	95/109	Печень по-строгановски	80/40	43,56	233	10,1	15,3	3
			печень	143	35,75				
			масло растительное	10	1,45				
			сметана	10	5,00				
			мука	3	0,20				
			томатна паста	4	1,16				
	гарнир	165/188	каша гречневая рассыпчатая	180	9,23	267,8	12,6	7,8	52,1
			крупя гречневая	86	4,73				
			масло сливочное	5	4,50				
напиток	291/318	кисель плодово - ягодный	200	12,00	76	0	0	20	
хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,36	93,5	3,5	0,5	24,15	
хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	40	1,44	74,4	2,3	0,3	14,8	
Итого				92,03	949	32	33,6	139,85	
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	12,8	89,3	3,6	10,2	41,6
	Итого				61,2	214,6	4,9	10,5	73,75
Ужин	закуска	39/47	Салат Студенческий	100	8,005	137	3,8	10,5	6,8
			картофель	45	1,665				
			морковь	25	1,5				
			гороше консерв.	27	2,43				
			яйцо	8шт	0,96				
			масло растительное	10	1,45				
	2 блюдо	104/118	фрикадельки из кур	100	44	207	14	12,2	10,1
	гарнир	131/153	Каша рисовая рассыпчатая	180	11,178	241	4,4	4,3	25,3
			рис	53	6,678				
			масло сливочное	5	4,5				
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,36	93,5	3,5	0,5	24,15
	гор.напиток	268/295	чай с сахаром	200	1,158	35	0,1	0,03	9,9
			чай	0,4	0,308				
			сахар	10	0,85				
Итого				65,701	713,5	25,8	27,53	76,25	
завтрак 2	кисломолочный напиток	г.п.	Кефир	200	18	100	5,8	5	8
	гор.напиток	268/295	чай с сахаром	200	1,158	35	0,1	0,03	9,9
			чай	0,4	0,308				
			сахар	10	0,85				
	сладкое	260/285	Булочка слобная	50	7,4893	159	3,9	4,3	26
			мука	30	1,95				
			дрожжи	0,4	0,0104				
			соль	0,3	0,0114				
			сахар	8	0,68				
			масло сливочное	4,5	4,05				
			яйцо	3шт	0,36				
			молоко	4,5	0,4275				
Итого				26,6473	294	9,8	9,33	43,9	
Итого за весь день					305,73	2662,1	92,68	103,16	375,38

Основное организованное меню



Утверждаю
директор МБОУ Целинной ОШ №15
Н. А. Делянская

Школа	МБОУ Целинная ОШ № 15 12-18 лет проживающие			Отд./корп				День	Воскресенье		
Прием пищи	Раздел	№ реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор.блюдо	75/89	Суп молочный с крупой рисовой	250	16,35	224	5,5	5,2	13,25		
			молоко	125	12,25						
			масло сливочное	1,6	1,44						
			сахар	1,6	0,14						
	гор.напиток	274/301	какао с молоком	200	10,95	94	2,9	2,8	14,9		
			какао порошок	2	0,30						
			сахар	10	0,85						
			молоко	100	9,80						
	хлеб	2/10.	бутерброд с маслом и сыром	40/15/10	23,26	328	6,7	9,6	13,2		
			хлеб	40	1,36	93,5	3,5	1,2	24,15		
масло сливочное			10	9,00							
сыр			15	12,90							
закуска	г.п.	яйцо	40/1шт	4,80	63	5,08	4,6	0,28			
Итого				55,36	802,5	23,68	23,4	65,78			
Обед	закуска	21/29	салат "Витаминный"	100	49,88	91	1,5	4,6	11		
			Капуста белокочанная	84	3,61						
			морковь	32	1,92						
			яблоко	24	43,20						
			сахар	5	0,43						
			масло растительное	5	0,73						
	1 блюдо	56/68	Свекольник	250	13,56	113,3	2	5,1	14,8		
			картофель	53	1,96						
			свекла	82	4,10						
			морковь	12	0,72						
			лук реп.	13	0,56						
			масло растительное	5	0,73						
	2 блюдо	95/109	Печень по-строгановски	120/50.	57,91	109	23,5	19,8	3,4		
			печень	214	49,22						
			масло растительное	15	2,18						
			сметана	12,5	6,25						
			мука	4	0,26						
			соус	50	1,16						
	гарнир	165/188	каша гречневая рассыпчатая	200	10,63	214,2	14	8,7	57,9		
			крупя гречневая	95	5,23						
масло сливочное			6	5,40							
напиток			291/318	кисель плодово - ягодный	200	12,00	76	0	0	20	
хлеб бел.			г.п.	хлеб пшеничный	50	1,70	245	7	1,2	50,8	
хлеб черн.			г.п.	хлеб ржаной	40	1,44	74,4	2,3	0,3	14,8	
Итого				147,12	922,9	50,3	39,7	172,7			
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	12,8	166,3	2,9	3,8	166,8		
Итого				61,2	291,6	4,2	4,1	198,95			
Ужин	закуска	39/47	Салат Студенческий	100	8,005	137	3,8	10,5	6,8		
			картофель	45	1,665						
			морковь	25	1,5						
			горохе консерв.	27	2,43						
			яйцо	8шт	0,96						
			масло растительное	10	1,45						
	2 блюдо	104/118	фрикадельки из кур	100	44	207	14	12,2	10,1		
			гарнир	131/153	Каша рисовая рассыпчатая	180	12,564	241	4,4	4,3	25,3
	хлеб бел.	г.п.	рис	64	8,064						
			масло сливочное	5	4,5						
			хлеб пшеничный	40	1,32	93,5	3,5	0,5	24,15		
			гор.напиток	268/295	чай с сахаром	200	1,158	35	0,1	0,03	9,9
		чай	0,4	0,308							
		сахар	10	0,85							
Итого				67,047	713,5	25,8	27,53	76,25			
завтрак 2	кисломолочный напиток	г.п.	кефир	200	18	100	5,8	5	8		
			гор.напиток	268/295	чай с сахаром	200	1,158	35	0,1	0,03	9,9
			чай	0,4	0,308						
			сахар	10	0,85						
	сладкое	,260/285	Булочка сдобная	50	7,4893	159	3,9	4,3	26		
			мука	30	1,95						
			дрожжи	0,4	0,0104						
			соль	0,3	0,0114						
			сахар	8	0,68						
			масло сливочное	4,5	4,05						
			яйцо	3шт	0,36						
			молоко	4,5	0,4275						
Итого				26,6473	259	9,8	9,3	43,9			
Итого за весь день				357,37	2989,5	113,78	104,03	557,58			

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 229723484149701461558283897186772312471353484434

Владелец Делявская Наталья Анатольевна

Действителен с 28.11.2024 по 28.11.2025