

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



Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 лет проживающие		Отд./корп					День	Понедельник 09.12.2024г	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	173/196	Каша рисовая вязкая	180/5	32,95	218	5	7	29,2	
			масло сливочное	5	5,50					
			рис	55	6,93					
			молоко	205	20,09					
			сахар	5	0,43					
	напиток	272/299	Кофейный напиток на молоке	200	11,06	109	3,2	2,8	18,5	
			кофейный напиток	2	0,40					
			сахар	10	0,86					
			молоко	100	9,80					
			блины с маслом	80	8,71	80,8	2,32	4,08	12,72	
	хлеб	231/254	мука	50	3,25					
			сахар	2	0,17					
			соль	1	0,04					
			дрожжи	0,5	0,01					
масло растительное			5	0,44						
г.п			яйцо вареное	40	4,80	63	5,08	4,6	0,28	
Итого				57,52	470,8	15,6	18,48	60,7		
Обед	закуска	36/44	Винегрет овощной с фасолью	100	12,64	95,2	4,32	17,9	15,3	
			картофель отварной	20	0,74					
			лук реп.	12	0,53					
			масло растительное	8	1,16					
			морковь	8	0,48					
			свекла	14	0,70					
			фасоль							
			консервированная	26	2,55					
			огурец соленый	18	6,48					
			суп картофельный с лапшой	200	5,46	88	2,24	2,2	11,24	
	1 блюдо	60/73	картофель	60	2,22					
			морковь	8	0,48					
			лук реп.	8	0,35					
			масло растительное	2	0,29					
			лапша	8	2,12					
			Гуляш из отварной курицы	90	51,62	268,2	11,2	17,91	6,3	
			Филе курицы	100	48,00					
	2 блюдо	93/107	морковь	13,5	0,81					
			лук реп.	11,2	0,49					
			мука	3,3	0,21					
			томатна паста	3,3	0,97					
			масло растительное	7,8	1,13					
	гарнир	202/225	картофель отварной с маслом	180/4	15,87	151	3,5	3,8	25	
			картофель	310	11,47					
			масло сливочное	4	4,40					
	напиток	276/303	яблочно-лимонный напиток	200	15,50	78	0,3	0,2	25,1	
			яблоко	57	10,26					
			сахар	20	1,72					
			лимон	16	3,52					
			хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,36	93,5	3,5	0,5
	хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	40	1,44	74,4	2,3	0,3	14,0	
	Итого				103,88	848,3	27,36	42,81	121,89	
	Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (банан)	100	18	96	1,13	0,38	14,25
сок фруктовый				200	16,6	92	1	0	25,4	
пряник				50	7,5	200	1,8	6,5	34	
Итого				42,1	388	3,93	6,88	73,65		
Салат	39/47	Салат Студенческий	картофель	80/30	11,144	137	3,8	10,5	6,8	
			Морковь	62	2,294					
			зеленый горошек	27,5	1,65					
			яйцо	27	5,4					
			яйцо	15	1,8					
гарнир	99/113	Биточки мясные с соусом	80/30	40,4813	200	13,8	11,1	11,1		
		Биточки	80	37,6						
		соус	12,3	2,8813						
		лук реп.	0,5	0,022						
		томатна паста	3	0,879						
		масло сливочное	1,7	1,87						
		мука	1,3	0,0845						
		сахар	0,03	0,0258						
		гор.блюдо	166/189	Каша перловая рассыпчат	150	10,285	76,5	4,2	5,7	2,4
		Перловка	67	3,685						
		масло сливочное	6	6,6						
		хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	35	1,19	119,09	3,45	1,36	23,36
		хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	35	1,26	74,4	2,3	0,3	14,8
гор. Напиток	269/296	чай с сахаром	200	1,1752	35	0,1	0,03	9,9		
чай	0,4	0,3152								
сахар	10	0,86								
Итого				65,5355	641,99	23,85	18,49	61,56		
завтрак 2	кисломолочный напиток	г.п.	Кефир	200	18,4	100	5,8	5		
			Печенье сахарное	30	9,6	125,1	2,18	2,85	125,1	
Итого				28	225,1	7,98	86,66	317,8		
Итого за весь день					297,04	2574,19	78,72	173,32	635,6	

Основное организованное меню

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

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 приходящие		Отд./корп					День	Понедельник 09.12.2024г		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор.блюдо	173/196	Каша рисовая вязкая	15	25,47	270,8	5,1	15,3	29,3		
			масло сливочное	5	5,50						
			рис	40	5,04						
			молоко	148	14,50						
			сахар	5	0,43						
	Фрукт	г.п	фрукт (банан)	190	35,72	70,88	1,13	0,38	14,25		
	напиток	г.п	кефир	200	18,40	100	5,8	5	8		
			бтерброд с маслом	3	4,32	106	5	3	14,5		
			масло сливочное	3	3,30						
хлеб пшеничный			30	1,02							
Итого				83,91	547,68	17,03	23,68	66,05			
Обед	закуска	36/44	Винегрет овощной с фасолью	100	12,29	95,2	4,32	17,9	15,03		
			картофель отварной	20	0,74						
			лук реп.	6	0,26						
			масло растительное	8	1,16						
			Фасоль консерв.	24	2,55						
			огурец соленый	18	6,48						
			свекла	14	0,70						
			морковь	8	0,40						
			1 блюдо	60/73	суп картофельный с лапшой	200	5,46	88	2,24	2,2	11,24
					картофель	60	2,22				
	морковь	8			0,48						
	лук реп.	8			0,35						
	масло растительное	2			0,29						
	2 блюдо	119/135	Гуляш из мяса птицы	90	102,45	268,2	11,2	17,91	6,3		
			Филе куриное	198	95,04						
			морковь	19,1	1,15						
			мука	3,3	0,21						
			томатная паста	3,3	0,97						
			лук реп.	15,4	0,68						
			масло сливочное	4	4,40						
	гарнир	202/225	картофель отварной	150	15,87	121	3,5	3,8	25		
			Картофель	310	11,47						
			масло сливочное	4	4,40						
	напиток	276/303	яблочно-лимонный напиток	200	15,50	78	0,3	0,2	25,1		
			яблоко	57	10,26						
			сахар	20	1,72						
			лимон	16	3,52						
	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				154,37	818,3	27,36	42,81	121,62		
Итого за весь день				757,40	238,28	1365,98	44,39	66,49	187,67		

Основное организованное меню

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

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет проживающие		Отд./корп				Понедельник 09.12.2024г			
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	173/196	Каша рисовая вязкая	250	35,24	296	9,7	12	54,4	
			масло сливочное	7	7,70					
			рис	55	6,93					
	гор.напиток	272/299		молоко	205	20,09				
				сахар	6	0,52				
				кофейный напиток на молоке	200	11,30	109	3,2	2,8	18,5
				молоко	100	9,80				
	хлеб	231/254		кофейный напиток	8	0,64				
				сахар	10	0,86				
				блины с маслом	100	10,02	226	5,4	7,6	33,4
				мука	50	3,25				
				сахар	2	0,17				
				соль	1	0,04				
				дрожжи	1	0,03				
			масло растительное	3	0,44					
			масло сливочное	5	5,50					
			яйцо вареное	40	0,60					
Итого				56,56	631		18,3	22,4	106,3	
Обед	закуска	43/51	Винегрет овощной с фасолью	100	28,11	95,2	4,32	17,9	15,03	
			картофель отварной	25	0,93					
			лук реп.	14	0,62					
			масло растительное	10	14,50					
			фасоль консервированная	27	2,65					
			морковь	10	0,60					
			свекла	18	0,90					
			огурец соленый	22	7,92					
			1 блюдо	60/73	суп картофельный с лапшой	250	8,07	110	2,8	2,75
			картофель	93	3,44					
			морковь	12,5	0,75					
			лук реп.	11,5	0,51					
			масло растительное	3	0,73					
			лапша	10	2,65					
	2 блюдо	93/107	Гуляш из отварной курицы	100	109,99	323	22,5	19,9	7	
			Филе курицы	220	105,60					
			морковь	17	1,02					
			лук реп.	11,2	0,49					
			томатна паста	4	1,17					
			масло растительное	10	1,45					
			мука	4	0,26					
	гарнир	129/151	картофель отварной с маслом	180/7	7,87	207	11,5	6,4	32	
			картофель	310	2,37					
			масло сливочное	5	5,50					
	напиток	276/303	яблочно-лимонный напиток	200	15,50	101	0,3	0,2	2,5	
			яблоко	57	10,26					
			сахар	20	1,72					
		лимон	16	3,52						
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				172,68	1155,6		50,72	48,65	139,93	
Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (банан)	150	35,72	144	2,3	0,8	31,5	
	напиток	г.п.	сок фруктовый	200	16,6	92	1	0	25,4	
	сладкое	г.п.	пряник	50	12,5	200	1,8	6,5	34	
Итого				64,82	436		5,1	7,3	90,9	
Завтрак 2	закуска	39/47	Салат Студенческий	100	7,545	137	3,8	10,5	6,8	
			картофель	45	1,665					
			морковь	27,5	1,65					
			зеленый горошек консерв.	27	2,43					
				яйцо вареное	15	1,8				
	гарнир	99/113		Биточки мясные с маслом	120/50	50,647	315	21,1	15	14,2
				Биточки	100	47				
				Соус	5,3	3,647				
				лук реп.	1	0,044				
				томатна паста	5	1,465				
				масло сливочное	0,7	0,77				
				мука	2	0,13				
				морковь	3	0,18				
				сахар	0,5	0,043				
				масло растительное	7	1,015				
	гор.блюдо	166/189	Каша перловая рассыпчатая	200	10,285	240	21,1	15	14,2	
			перловка	67	3,685					
			масло сливочное	6	6,6					
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	55	1,87	131	3,8	1,8	25,7	
	хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	40	1,44	74,4	2,3	0,3	14,8	
	гор. Напиток	269/296	чай с сахаром	200	1,1752	35	0,1	0,03	9,9	
			чай	0,4	0,3152					
				сахар	10	0,86				
	Итого				65,4172	795,4		48,4	32,13	78,8
	завтрак 2	кисломолочн ый напиток	г.п.	кефир	200	18,4	100	5,8	5	8
		сладкое	г.п.	Печенье сахарное	40	12,8	166,8	2,9	3,8	166,8
	Итого				31,2	266,8		8,7	8,8	174,8
Итого за весь день					390,68	3284,8	131,22	119,28	590,73	



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

Основное организованное меню

Школа МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет приходящие			Отд./корп				День	Понедельник 09.12.2024г.	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	173/196	Каша рисовая вязкая	250	35,24	296	9,7	12	54,4
			масло сливочное	7	7,70				
			рис	55	6,93				
			молоко	205	20,09				
				сахар	6	0,52			
	напиток	г.п	кефир	200	18,40	100	5,8	5	8
	фрукт	г.п	Фрукт (банан)	200	37,60	179,3	1,13	0,38	14,25
		02.окт	Бутерброд с маслом	200	5,67	328	6,7	9,6	13,2
			масло сливочное	5	5,50				
			хлеб пшеничный	40	0,17				
Итого				96,91	903,3	23,33	26,98	89,85	
Обед	закуска	43/51	Винегрет овощной с фасолью	100	3,63	95,2	4,32	17,9	15,03
			картофель отварной	25	0,93				
			лук реп.	14	0,62				
			масло растительное	10	1,45				
			Фасоль консерв.	30	2,94				
			свекла	18	0,90				
				морковь	10,7	0,64			
	1 блюдо	60/73	суп картофельный с лапшой	250	7,78	110	2,8	2,75	17,8
			картофель	93	3,44				
			морковь	12,5	0,75				
			лук реп.	11,5	0,51				
			масло растительное	3	0,44				
			лапша	10	2,65				
	2 блюдо	119/135	Гуляш из мяса птицы	100	110,64	323	22,5	19,9	7
			Филе курицы	220	105,60				
			мука	4	0,26				
			лук реп.	18,7	0,82				
			морковь	22,3	1,34				
			масло растительное	10	1,45				
				томатная паста	4	1,17			
	гарнир	202/169	картофель отварной	180	15,87	151	3,5	3,8	25
			картофель	310	11,47				
			масло сливочное	4	4,40				
	напиток	276/303	яблочно-лимонный напиток	200	15,50	101	0,3	0,2	2,5
			яблоко	57	10,26				
			сахар	20	1,72				
			лимон	16	3,52				
	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				46,76	948,1	39,22	45,35	106,28
Итого за весь день				143,66	1851,4	62,55	72,33	196,13	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 229723484149701461558283897186772312471353484434

Владелец Делявская Наталья Анатольевна

Действителен с 28.11.2024 по 28.11.2025