

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

Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 лет проживающие			Отд./корп				День	Среда 11.12.2024г		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор.блюдо	182/205	каша манная молочная	180/5.	22,98	234	7,3	9,2	30,5		
			крупа манная	28	1,57						
			молоко	158	15,48						
			Сахар	5	0,43						
			масло сливочное	5	5,50						
	гор.напиток	275/302	какао на густенном	200	5,10			3,5	3,4	19,6	
			какао порошок	2	0,30						
			молоко густенное	38	5,78						
	г.п.		яйцо вареное	40	4,80						
	хлеб	4/12.	бутерброд с повидлом	40-50-10	25,61	222	2,4	7,5	36,9		
масло сливочное			10	11,00							
хлеб пшеничный			40	1,36							
повидло			50	13,25							
Итого				53,69	456	13,2	20,1	87			
Обед	закуска	20/28	салат "из свежих огурцов	60	22,45	81	0,7	7,4	2,9		
			и помидор"	30	7,50						
			огурец свежий	38	13,68						
			помидор	10	0,44						
			лук реп.	5	0,73						
			масло растительное	0,5	0,007						
			кислота лимонная	1	0,09						
			сахар	0,3	0,01						
			соль								
			1 блюдо	56/69	рассольник	250/10	26,02	120	18,16	5,3	15,4
			Ленинградский	93,3	4,20						
			картофель	5	0,28						
			крупа перловая	12,5	0,75						
			морковь	6,6	0,29						
			лук реп.	5	5,50						
			масло сливочное	26,6	9,58						
			огурец соленый	10	5,43						
			сметана								
	2 блюдо	77/91	рыба припущенная	90	39,18	224	18,2	10,2	2		
			"Минтай"	196	38,61						
			минтай	5	0,30						
			морковь	6	0,26						
			лук реп.	20	1,50	49,2	3,76	3,48	0,76		
	соус	227/250	соус белый основной	1	0,04						
			лук реп.	1,25	1,38						
			масло сливочное	1,25	0,08						
			мука	150	15,10	140	1,8	1,2	0,81		
	гарнир	131/153	картофельное пюре	161,5	7,27						
			картофель	5	5,50						
			масло сливочное	23,75	2,33						
		молоко кипяченое									
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	65,1	2,01	0,26	1,04			
Итого				119,04	848,8	48,13	28,34	67,06			
Подник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (яблоко)	180	32,4	33,3	0,3	0,3	6,75		
	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				61,5	325,3	3,1	6,8	66,15			
Ужин	закуска	18/26	салат из моркови с яблоком	100	12,50461	67	0,9	3,4	8,4		
			морковь	80	4,8						
			яблоко	23	4,14						
			масло растительное	24	3,48						
			кислота лимонная	0,3	0,00441						
			Сахар	0,8	0,0688						
			соль	0,3	0,0114						
			гор.блюдо	123/145	плов с мясом птицы	170	53,7422	443,7	12,1	9,2	36,8
					куры	160,5	44,94				
					масло растительное	3,5	0,5075				
			лук реп.	10,8	0,4752						
			морковь	11,5	0,69						
			крупа рисовая	41	5,166						
			масло растительное	9,5	1,3775						
			томатна паста	2	0,586						
	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		
	гор напиток	268/295	чай с сахаром	200	1,1752	35	0,1	0,03	9,9		
			чай	0,4	0,3152						
			сахар	10	0,86						
Итого				70,22201	713,6	18,9	13,43	94,05			
завтрак 2	кисломолочный	г.п.	Кефир	200	18,4	100	5,8	5	8		
	напиток										
	сладкое	252/276	ватрушка с творогом	50	14,83601	136	5,8	3,6	19,4		
			мука	32	2,08						
			сахар	3,1	0,2666						
			масло сливочное	2	2,2						
			яйцо	8шт	0,96						
			дрожжи	0,2	0,0052						
			соль	0,4	0,0152						
			масло растительное	0,2	0,029						
		ванилин	0,002	0,000012							
		творог	16	9,28							
Итого				33,23601	236	11,6	8,6	27,4			
Итого за весь день				337,69	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	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	Раздел	№ рец.	Блюдо						
Прием пищи Завтрак	гор.блюдо	182/205	каша манная молочная жидкая	150	22,98	234	7,3	9,2	30,5
			крупа манная	28	1,57				
			молоко	158	15,48				
			Сахар	5	0,43				
	гор.напиток	275/302	масло сливочное	5	5,50				
			какао на сгущенном молоке	200	6,08	120	3,5	3,4	19,6
			какао порошок	2	0,30				
	напиток	г.п.	кефир	200	18,40	100	5,8	5	8
			фрукт (Яблоко)	180	33,84	33,3	0,3	0,3	6,75
	хлеб	4/12.	бутерброд с повидлом	30/40/10	19,92	222	2,4	7,5	36,9
хлеб пшеничный			30	1,02					
Итого					101,22	709,3	19,3	25,4	101,75
Обед	закуска	20/28	салат "Из свежих огурцов и помидор"	100	22,45	61	0,7	7,4	2,9
			огурец свежий	30	7,50				
			помидор	38	13,68				
			лук реп.	10	0,44				
			масло растительное	5	0,73				
			кислота лимонная	0,5	0,007				
			сахар	1	0,09				
	1 блюдо	56/69	рассольник Ленинградский	250/10	26,02	120	18,16	5,3	15,4
			картофель	93,3	4,20				
			крупа перловая	5	0,28				
			морковь	12,5	0,75				
			лук реп.	6,6	0,29				
			масло сливочное	5	5,50				
			огурец соленый	26,6	9,58				
	2 блюдо	77/91	рыба припущенная "Минтай"	90	39,18	226	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	1,50	45,2	3,76	3,48	0,76
			лук реп.	1	0,04				
			масло сливочное	1,25	1,38				
	гарнир	131/153	картофельное пюре	150	15,10	140	1,8	1,2	0,81
			картофель	161,5	7,27				
			масло сливочное	5	5,50				
			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	1,36	93,5	3,5	0,5	24,15
хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	40	1,44	65,1	2,01	0,26	1,04	
Итого					119,04	826,8	48,13	28,34	67,06
Итого за весь день					220,26	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	29	31,96	210	10,2	12,8	42,3	
			жидкая	39	2,18					
			крупа манная	220	21,56					
			молоко	6	0,52					
	гор.напиток	275/302	масло сливочное	7	7,70					
			какао на сгущенном молоке	200	6,08	120	3,5	3,4	19,6	
			какао порошок	2	0,30					
	напиток	г.п.	молоко сгущенное	38	5,78					
			кефир	200	18,40	100	5,8	5	8	
	Фрукт	г.п.		фрукт (Яблоко)	180	32,40	33,3	0,3	0,3	6,755
хлеб	4/12.		бутерброд с повидлом	30/40/10	22,41	122	2,4	7,5	36,9	
			масло сливочное	10	11,00					
			повидло	40	10,60					
Итого					111,25	585,3	22,2	29	113,555	
Обед	закуска	14/22	салат "Из свежих огурцов и помидор"	100	31,04	81	0,7	7,4	2,9	
			огурец свежий	50	12,50					
			помидор	47	16,92					
			лук реп.	18	0,79					
			масло растительное	5	0,73					
			кислота лимонная	0,5	0,01					
			сахар	1	0,09					
			соль	0,3	0,01					
	1 блюдо	56/69		рассольник Ленинградский	250/10	26,02	120	18,16	5,3	15,4
				картофель	93,3	4,20				
				крупа перловая	5	0,28				
				морковь	12,5	0,75				
				лук реп.	6,6	0,29				
				масло сливочное	5	5,50				
				огурец соленый	26,6	9,58				
	сметана	10	5,43							
	2 блюдо	77/91		рыба припущенная "Минтай"	100	48,92	259,2	3	14,5	2,16
				морковь	4	0,24				
				минтай	246	48,46				
				лук реп.	5	0,22				
	гарнир	131/153		картофельное пюре	180	18,10	168	3,7	6,3	23,4
				картофель	193,5	8,71				
				масло сливочное	6	6,60				
				молоко кипяченое	28,5	2,79				
	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
соус	227/250		соус белый основной	20	1,50	61,5	4,7	4,35	0,95	
			мука	1,25	0,08					
			лук реп.	1	0,04					
			масло сливочное	1,25	1,38					
Итого					140,38	933,6	36,06	38,65	103,76	
Итого за весь день					251,63	1518,9	58,26	67,65	217,315	

Основное организованное меню

Утверждаю директор
МБОУ Целинной ОШИ №15 г.н.а. Деляевская



Школа		МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет проживающие			Отд./корп				День	Среда		
Принем пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	11.12.2024г.		
Завтрак	гор.блюдо	182/205	каша манная молочная жидкая	250	31,96	325	10,2	12,8	42,3			
			крупа манная	39	2,18							
			молоко	220	21,56							
			Сахар	6	0,52							
	гор.напиток	275/302	масло сливочное	7	7,70							
			какао на сгущенном молоке	200	6,08	120	3,5	3,4	19,6			
			какао порошок	2	0,30							
			молоко сгущенное	38	5,78							
	хлеб	4/12.	бутерброд с повидлом	43/40/10	19,92	349	4,1	12,6	55,6			
			хлеб пшеничный	30	1,02							
			повидло	40	10,60							
Итого					57,96	794	17,8	28,8	117,5			
Обед	закуска	20/28	салат "из свежих огурцов и помидор"	100	31,04	81	0,7	7,4	2,9			
			огурец свежий	50	12,50							
			помидор	47	16,92							
			лук реп.	18	0,79							
			масло растительное	5	0,73							
			кислота лимонная	0,5	0,007							
			сахар	1	0,09							
			соль	0,3	0,01							
			1 блюдо	56/69	рассольник Ленинградский	250/10	26,02	120	18,16	5,3	15,4	
					картофель	93,3	4,20					
	крупа перловая	5			0,28							
	морковь	12,5			0,75							
	лук реп.	6,6			0,29							
	масло сливочное	5			5,50							
	огурец соленый	26,6			9,58							
	сметана	10			5,43							
	2 блюдо	77/91			рыба припущенная "Минтай"	100	48,92	259,2	3	14,5	2,16	
					морковь	4	0,24					
			минтай	246	48,46							
			лук реп.	5	0,22							
	гарнир	131/153	картофельное пюре	180	18,10	168	3,7	6,3	23,4			
			картофель	193,5	8,71							
			масло сливочное	6	6,60							
			молоко кипяченое	28,5	2,79							
	напиток	291/318	кисель плодово - ягодный	200	12,00	76	0	0	20			
			хлеб бел. г.п.	40	1,36	93,5	3,5	0,5	24,15			
			хлеб черн. г.п.	40	1,44	74,4	2,3	0,3	14,8			
			соус	227/250	20	1,50	49,2	3,76	3,48	0,76		
			мука	1,25	0,08							
			лук реп.	1	0,04							
масло сливочное			1,25	1,38								
Итого					140,38	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	16,6	92	1	0	25,4			
	сладкое	г.п.	пряник	50	12,5	200	1,8	6,5	34			
Итого					61,5	325,3	3,1	6,8	66,15			
Ужин	закуска	18/26	салат из моркови с яблока	100	9,60461	67	0,9	3,4	8,4			
			морковь	80	4,8							
			яблоко	23	4,14							
			масло растительное	4	0,58							
			кислота лимонная	0,3	0,00441							
			Сахар	0,8	0,0688							
			соль	0,3	0,0114							
			гор.блюдо	123/145	плов с мясом птицы	200	64,1795	522	21	27	44,2	
					куры	196,5	55,02					
					лук реп.	12,5	0,55					
	морковь	13			0,78							
	крупа рисовая	47			5,64							
	масло растительное	10,5			1,5225							
	томатна паста	2,3			0,667							
	хлеб бел. г.п.	40			1,36	93,5	3,5	0,5	24,15			
	хлеб черн. г.п.	40			1,44	74,4	2,3	0,3	14,8			
	гор напиток	268/295			200/20	1,1752	114,8	0,1	0,03	30,1		
			чай	0,4	0,3152							
			сахар	10	0,86							
	Итого					77,75931	871,7	27,8	31,23	121,65		
завтрак 2	кисломолочны й напиток	г.п.	кефир	200	18,4	100	5,8	5	8			
			сладкое	252/276	50	13,126212	136	5,8	3,6	19,4		
				мука	25	1,625						
				сахар	1,3	0,1118						
				масло сливочное	1	1,1						
				яйцо	8шт	0,96						
				дрожжи	0,2	0,0052						
				соль	0,4	0,0152						
				масло растительное	0,2	0,029						
				ванилин	0,002	0,000012						
				творог	16	9,28						
	Итого за весь день					369,12	3148,3	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