

## Основное организованное меню

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

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 лет проживающие			Отд./корп				День	Воскресенье		
Привем пищи	Раздел	№ реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор.блюдо	73/86	Суп молочный с крупой рисовой	250	16,67	224	5,5	5,2	13,25		
			молоко	125	12,25						
			масло сливочное	1,6	1,76						
			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						
	хлеб	2/10.	бутерброд с маслом и сыром	40/15/10	30,81	110	6,7	9,6	13,2		
			хлеб	40	1,36						
масло сливочное			10	11,00							
сыр			15	13,65							
закуска	г.п.	яйцо	40/1шт	4,80	63	5,08	4,6	0,28			
<b>Итого</b>				<b>63,23</b>	<b>491</b>	<b>20,18</b>	<b>22,2</b>	<b>41,63</b>			
Обед	закуска	21/29	салат "Витаминный"	100	10,97	91	1,5	4,6	11		
			Капуста белокачанная	84	3,70						
			морковь	32	1,92						
			яблоко	24	4,20						
			сахар	5	0,43						
	1 блюдо	56/68	Свеклольник	250	14,01	113,3	2	5,1	14,8		
			картофель	53	1,96						
			свекла	82	4,10						
			морковь	12	0,72						
			лук реп.	13	0,57						
			масло растительное	5	0,73						
			томатна паста	1,25	0,37						
	2 блюдо	95/109	Печень по-строгановски	80/40	44,00	233	10,1	15,3	3		
			печень	143	35,75						
			масло растительное	10	1,45						
			сметана	10	5,43						
			мука	3	0,20						
	гарнир	165/188	каша гречневая рассыпчатая	180	10,23	267,8	12,6	7,8	52,1		
			крупа гречневая	86	4,73						
			масло сливочное	5	5,50						
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			
<b>Итого</b>				<b>94,01</b>	<b>949</b>	<b>32</b>	<b>33,6</b>	<b>139,85</b>			
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.	Печенье	40	12,8	89,3	3,6	10,2	41,6		
<b>Итого</b>				<b>61,8</b>	<b>214,6</b>	<b>4,9</b>	<b>10,5</b>	<b>73,75</b>			
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						
	2 блюдо	104/118	масло растительное	10	1,45						
			фрикадельки из кур	100	44	207	14	12,2	10,1		
			гарнир	131/153	Каша рисовая рассыпчатая	180	12,178	241	4,4	4,3	25,3
	хлеб бел.	г.п.	рис	53	6,678						
			масло сливочное	5	5,5						
			хлеб пшеничный	40	1,36	93,5	3,5	0,5	24,15		
			гор.напиток	268/295	чай с сахаром	200	1,1752	35	0,1	0,03	9,9
			чай	0,4	0,3152						
Итого		сахар	10	0,86							
				<b>66,7182</b>	<b>713,5</b>	<b>25,8</b>	<b>27,53</b>	<b>76,25</b>			
завтрак 2	кисломолочный напиток	г.п.	Кефир	200	19,6	100	5,8	5	8		
			гор.напиток	268/295	чай с сахаром	200	1,1752	35	0,1	0,03	9,9
	сладкое	260/285	чай	0,4	0,3152						
			сахар	10	0,86						
			Булочка слобная	50	8,4108	159	3,9	4,3	26		
			мука	30	1,95						
			дрожжи	0,4	0,0104						
			соль	0,3	0,0114						
			сахар	8	0,688						
			масло сливочное	4,5	4,95						
яйцо	3шт	0,36									
молоко	4,5	0,441									
<b>Итого</b>				<b>29,186</b>	<b>294</b>	<b>9,8</b>	<b>9,33</b>	<b>43,9</b>			
<b>Итого за весь день</b>				<b>314,94</b>	<b>2662,1</b>	<b>92,68</b>	<b>103,16</b>	<b>375,38</b>			

## Основное организованное меню

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

Школа	МБОУ Целинная ОШ № 15 12-18 лет проживающие			Отд./корп				День	Воскресенье		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор.блюдо	75/89	Суп молочный с крупой рисовой	250	16,67	224	5,5	5,2	13,25		
			молоко	125	12,25						
			масло сливочное	1,6	1,76						
			сахар	1,6	0,14						
			рис	20	2,52						
	гор.напиток	274/301	какао с молоком	200	10,96	94	2,9	2,8	14,9		
			какао порошок	2	0,30						
			сахар	10	0,86						
	хлеб	2/10.	бутерброд с маслом и сыром	40/15/10	26,01	328	6,7	9,6	13,2		
			хлеб	40	1,36	93,5	3,5	1,2	24,15		
			масло сливочное	10	11,00						
			сыр	15	13,65						
			закуска	г.п.	яйцо	40/1шт	4,80	63	5,08	4,6	0,28
<b>Итого</b>					<b>58,44</b>	<b>802,5</b>	<b>23,68</b>	<b>23,4</b>	<b>65,78</b>		
Обед	закуска	21/29	салат "Витаминный"	100	49,97	91	1,5	4,6	11		
			Капуста белокачанная	84	3,70						
			морковь	32	1,92						
			яблоко	24	43,20						
			сахар	5	0,43						
			масло растительное	5	0,73						
	1 блюдо	56/68	Свекольник	250	14,01	113,3	2	5,1	14,8		
			картофель	53	1,96						
			свекла	82	4,10						
			морковь	12	0,72						
			лук реп.	13	0,57						
			масло растительное	5	0,73						
			томатна паста	1,25	0,37						
	2 блюдо	95/109	Печень по-строгановски	120/50.	58,44	109	23,5	19,8	3,4		
			печень	214	49,22						
			масло растительное	15	2,18						
			сметана	12,5	6,79						
			мука	4	0,26						
			соус	50	1,17						
	гарнир	165/188	каша гречневая рассыпчатая	200	11,83	214,2	14	8,7	57,9		
			крупя гречневая	95	5,23						
			масло сливочное	6	6,60						
			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	
<b>Итого</b>				<b>149,39</b>	<b>922,9</b>	<b>50,3</b>	<b>39,7</b>	<b>172,7</b>			
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.	Печенье	40	12,8	166,3	2,9	3,8	166,8
<b>Итого</b>					<b>61,8</b>	<b>291,6</b>	<b>4,2</b>	<b>4,1</b>	<b>198,95</b>		
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	13,564	241	4,4	4,3	25,3
	хлеб бел.	г.п.	рис	64	8,064						
			масло сливочное	5	5,5						
			хлеб пшеничный	40	1,32	93,5	3,5	0,5	24,15		
	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							
<b>Итого</b>						<b>68,0642</b>	<b>713,5</b>	<b>25,8</b>	<b>27,53</b>	<b>76,25</b>	
завтрак 2	кисломолочный напиток	г.п.	кефир	200	18,4	100	5,8	5	8		
			гор.напиток	268/295	чай с сахаром	200	1,1752	35	0,1	0,03	9,9
	сладкое	260/285	чай	0,4	0,3152						
			сахар	10	0,86						
			Булочка слобная	50	8,4028	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	4,95						
яйцо	молоко	3шт	0,36								
		4,5	0,441								
<b>Итого</b>				<b>27,978</b>	<b>259</b>	<b>9,8</b>	<b>9,3</b>	<b>43,9</b>			
<b>Итого за весь день</b>					<b>365,67</b>	<b>2989,5</b>	<b>113,78</b>	<b>104,03</b>	<b>557,58</b>		

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 229723484149701461558283897186772312471353484434

Владелец Делявская Наталья Анатольевна

Действителен с 28.11.2024 по 28.11.2025