

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 16.12.2024г		
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						
	хлеб	231/254	блины с маслом	80	8,71	80,8	2,32	4,08	12,72		
			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	12,80	95,2	4,32	17,9	15,3		
			картофель отварной	20	0,90						
			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	5,94	88	2,24	2,2	11,24		
			картофель	60	2,70						
	1 блюдо	60/73	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						
			картофель отварной с маслом	180/4	18,35	151	3,5	3,8	25		
	гарнир	202/225	картофель	310	13,95						
			масло сливочное	4	4,40						
			яблочно-лимонный напиток	200	15,50	78	0,3	0,2	25,1		
	напиток	276/303	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				107,00	848,3	27,36	42,81	121,89		
	Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (банан)	100	18	96	1,13	0,38	14,25	
напиток				200	16,6	92	1	0	25,4		
сладкое				г.п.	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	11,64	137	3,8	10,5	6,8		
			Морковь	62	2,79						
			зеленый горошек	27,5	1,65						
			яйцо	27	5,4						
			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						
гор.блюдо	166/189	Каша перловая рассыпчат	Перловка	150	10,285	76,5	4,2	5,7	2,4		
			масло сливочное	67	3,685						
			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				66,0315	641,99	23,85	18,49	61,56			
завтрак 2	кисломолочный напиток	г.п.	Кефир	200	18,4	100	5,8	5			
			сладкое	г.п.	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				300,65	2574,19	78,72	173,32	635,6			

Основное организованное меню

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

Понедельник
 16.12.2024г

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 приходящие			Отд./корп				День	Понедельник 16.12.2024г
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				
			г.п	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	12,45	95,2	4,32	17,9	15,03
			картофель отварной	20	0,90				
			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	5,94	88	2,24	2,2	11,24
			картофель	60	2,70				
			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	18,35	121	3,5	3,8	25
			Картофель	310	13,95				
			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				157,49	818,3	27,36	42,81	121,62
Итого за весь день				241,40	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					День	Понедельник 16.12.2024г		
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						
	гор.напиток	272/299	кофейный напиток на молоке	200	11,30	109	3,2	2,8	18,5		
			молоко	100	9,80						
			кофейный напиток	8	0,64						
	хлеб	231/254	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						
Итого				56,56	631	18,3	22,4	106,3			
	Обед	закуска	43/51	Винегрет овощной с фасолью	100	28,31	95,2	4,32	17,9	15,03	
			картофель отварной	25	1,13						
			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	8,82	110	2,8	2,75	17,8		
			картофель	93	4,19						
			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
			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						
гарнир	129/151	картофель отварной с маслом	180/7	8,38	207	11,5	6,4	32			
		картофель	310	2,88							
напиток	276/303	масло сливочное	5	5,50							
		яблочко-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				174,14	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			
	закуска	39/47	Салат Студенческий	100	7,905	137	3,8	10,5	6,8		
			картофель	45	2,025						
			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	кисломолочный напиток	г.п.	кефир	200	18,4	100	5,8	5	8	
Итого			сладкое	г.п.	Печенье сахарное	40	12,8	166,8	2,9	3,8	166,8
						31,2	266,8	8,7	8,8	174,8	
Итого за весь день				392,13	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			Отд./корп			День	Понедельник			
	12-18 лет приходящие						16.12.2024г.				
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	02.окт	кефир	200	18,40	100	5,8	5	8	
				Фрукт (банан)	200	37,60	179,3	1,13	0,38	14,25	
				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	3,83	95,2	4,32	17,9	15,03		
			картофель отварной	25	1,13						
			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	8,53	110	2,8	2,75	17,8	
				картофель	93	4,19					
				морковь	12,5	0,75					
				лук реп.	11,5	0,51					
				масло растительное	3	0,44					
	2 блюдо	119/135		лапша	10	2,65					
				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					
	гарнир	202/169		томатная паста	4	1,17					
				картофель отварной	180	18,35	151	3,5	3,8	25	
				картофель	310	13,95					
	напиток	276/303		масло сливочное	4	4,40					
				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				50,18	948,1	39,22	45,35	106,28			
Итого за весь день					147,09	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