

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 18.12.2024г		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор.блюдо	182/205	каша манная молочная жидкая	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 сгущенном молоке	200	5,10			3,5	3,4	19,6	
			какао порошок	2	0,30						
			молоко сгущенное	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 и помидор"	60	22,45	81	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						
			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						
			10	5,43							
	2 блюдо	77/91	рыба припущенная "Минтай"	90	39,18	224	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	49,2	3,76	3,48	0,76		
			лук реп.	1	0,04						
			масло сливочное	1,25	1,38						
				мука	1,25	0,08					
	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	848,8	48,13	28,34	67,06		
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 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						
			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 напиток	г.п.	Кефир	200	18,4	100	5,8	5	8	
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				День	Среда 18.12.2024г			
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы			
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							
			масло сливочное	5	5,50							
	гор.напиток	275/302	какао на сгущенном молоке	200	6,08	120	3,5	3,4	19,6			
			какао порошок	2	0,30							
			молоко сгущенное	38	5,78							
	напиток	г.п.		кефир	200	18,40	100	5,8	5	8		
	фрукт	г.п.		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							
			повидло	40	10,60							
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							
			соль	0,3	0,01							
			1 блюдо	56/69	рассольник Ленинградский	картофель	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						
	2 блюдо	77/91	рыба припущенная "Минтай"	огурец соленый	26,6	9,58						
				сметана	10	5,43						
				минтай	90	39,18	226	18,2	10,2	2		
				минтай	196	38,61						
	соус	227/250	соус белый основной	морковь	5	0,30						
				лук реп.	6	0,26						
				лук реп.	20	1,50	45,2	3,76	3,48	0,76		
	гарнир	131/153	картофельное пюре	лук реп.	1	0,04						
				масло сливочное	1,25	1,38						
				мука	1,25	0,08						
				картофель	150	15,10	140	1,8	1,2	0,81		
				картофель	161,5	7,27						
	напиток	291/318	кисель плодово - ягодный	масло сливочное	5	5,50						
				молоко кипяченое	23,75	2,33						
				молоко кипяченое	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	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	Среда
	Прием пищи	Раздел	№ рец.							Блюдо
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					
			Сахар	7	7,70					
	гор.напиток	275/302	масло сливочное	200	6,08	120	3,5	3,4	19,6	
			какао на сгущенном молоке	2	0,30					
			какао порошок	38	5,78					
	напиток	г.п.	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	

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

Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет проживающие			Отд./корп				День	Среда 18.12.2024г.					
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы					
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									
			масло сливочное	7	7,70									
	гор.напиток	275/302	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									
			рассольник											
			Ленинградский											
	1 блюдо	56/69	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									
			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 пшеничный	40	1,36	93,5	3,5	0,5	24,15					
хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,44	74,4	2,3	0,3	14,8						
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	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 яблоком	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									
			плов с мясом птицы	200	64,1795	522	21	27	44,2					
			курры	196,5	55,02									
			лук реп.	12,5	0,55									
	гор.блюдо	123/145	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.	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	200/20	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	кисломолочный напиток	г.п.	кефир	200	18,4	100	5,8	5	8					
			сладкое	252/276	ватрушка с творогом	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