

Утверждаю

директор МБОУ
Целинная ОШИ №15
Н.А. Делявская

Основное организованное меню



Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 лет проживающие			Отд./корп	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	День	Среда 25.12.2024г			
Принимает пищу	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	День	Среда 25.12.2024г			
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									
	г.п.	4/12.	молоко сгущенное	38	5,78									
			яйцо вареное	40	4,80									
			бублик с повидлом	40-50-10	25,61	222	2,4	7,5	36,9					
			масло сливочное	10	11,00									
хлеб	4/12.	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									
	2 блюдо	77/91	сметана	10	5,43									
			рыба припущенная "Минтай"	90	39,18	224	18,2	10,2	2					
			минтай	196	38,61									
			морковь	5	0,30									
	соус	227/250	лук реп.	6	0,26									
			соус белый основной	20	1,50	49,2	3,76	3,48	0,76					
			масло сливочное	1,25	1,38									
	гарнир	131/153	мука	1,25	0,08									
			картофельное пюре	150	15,10	140	1,8	1,2	0,81					
			картофель	161,5	7,27									
			масло сливочное	5	5,50									
	напиток	291/318	молоко кипяченое	23,75	2,33									
			кисель плодово - ягодный	200	12,00	76	0	0	20					
			хлеб бел.	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.	преник	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									
	хлеб бел.	г.п.	томатна паста	2	0,586									
			хлеб пшеничный	40	1,36	93,5	3,5	0,5	24,15					
			хлеб черн.	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	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	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	Среда
	Прием пищи	Раздел	№ рец.								Блюда
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	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"	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						
			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	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 25.12.2024г.	
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							
			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					
	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					
	напиток	291/318	молоко кипяченое	28,5	2,79					
			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 "Н.А.
Дельяская

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет проживающие			Отд./корп				Среда 25.12.2024г.					
Прием лица	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								
			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"	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	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	200	16,6	92	1	0	25,4				
			сладкое	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.	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