

Основное организованное меню

Утверждаю _____ директор
МБОУ Целинная ОШИ №15 г.Н.А.
Деляевская



Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет проживающие			Отд./корп				Среда 22.01.2025г.			
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				
			крупа манная	39	2,18						
			молоко	220	21,56						
			Сахар	6	0,52						
			масло сливочное	7	7,70						
	гор.напиток	275/302	какао на гущенном	200	6,08	120	3,5	3,4	19,6		
			какао порошок	2	0,30						
			молоко гущенное	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						
						растительное					
						Ленинградский	250/10	26,02	120	18,16	5,3
	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						
	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 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	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.	хлеб пшеничный	40	1,36	93,5	3,5	0,5	24,15		
			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	кисломолочны й 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		

Утверждаю

директор МБОУ
Целинной ОШИ №15
Н.А. Делявская



Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШИ №15 7-11 лет проживающие		Отд./корп						День	Среды 22.01.2025г		
Прием лица	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	30,8			
			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							
	хлеб	4/12	г.п. яйцо вареное	40	4,80							
			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							
			сметана	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							
			томатная 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 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							
					9,28							
					16							
Итого					33,23601	236	11,6	8,6	27,4			
Итого за весь день					337,69	2579,7	94,93	77,27	341,66			



Основное организованное меню

Школа		МБОУ Целинная ОШИ № 15 1-4 классы 7-11 приходящие			Отд./корп				Среда 22.01.2025г
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	250/10	26,02	120	18,16
	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				
	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



Основное организованное меню

МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет приходящие			Отд./корп						
Школа	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	182/205	каша манная молочная жидкая	29	31,96	210	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				
	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

Среда
22.01.2025г.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 229723484149701461558283897186772312471353484434

Владелец Делявская Наталья Анатольевна

Действителен с 28.11.2024 по 28.11.2025