

Основное организованное меню

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

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 лет проживающие		Отд./корп				День	Четверг 30.01.2025г			
Прим. пищи	Раздел	№ рсц	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор. блюдо	185/208	каша пшениная молочная	180/5	19,01	249,6	3,84	4,8	19,2		
			кисл.к								
			крупа пшено	40	2,80						
	гор. напиток	274/301	молоко	101	9,90						
			Сахар	6	0,52						
			масло сливочное	5	5,80						
			какао с молоком	200	10,96	88	3,3	2,5	13,7		
			какао порошок	2	0,30						
	хлеб	1/9	молоко	100	9,80						
			Сахар	10	0,86						
			бутерброд с маслом	5	18,93	237,6	2,77	5,8	23,2		
			хлеб	45	1,53						
			масло сливочное	15	17,40						
Итого			Гренки с сыром	50-5-15	22,25						
			сыр	15	14,70						
			масло сливочное	5	5,80						
			хлеб	50	1,75						
						71,16	375,2	9,91	13,1	56,1	
Обед	закуска	36/44	Салат картофельный с зеленым горошком	100	6,74	95,2	4,32	17,9	15,03		
			лук реп.	7	0,31						
			картофель	70	3,15						
			горошек консерв.	24	2,16						
			масло растительное	8	1,28						
			яйцо	8	1,12						
	1 блюдо	63/72	суп картофельный с бобовыми и гренками	250	12,67	11,7	2,6	2,5	18,8		
			картофель	62,5	2,81						
			лук реп.	12	0,53						
			морковь	16	0,96						
			масло сливочное	5	5,80						
			горох	20	1,20						
	2 блюдо	115/131	хлеб пшеничный	39	1,37						
			рагу овощное с мясом	200	61,64	355,2	12,3	9	18		
			Филе куриной грудки	97	47,53						
			мука	2	0,13						
			картофель	79	3,56						
			Капуста белокачанная	61	2,99						
			лук реп.	28	1,23						
			морковь	51	3,06						
			масло растительное	6	0,96						
			томатна паста	4,5	1,32						
	напиток	276/303	яблочно-лимонный напиток	200	15,66	101	0,3	0,2	25,1		
			яблоко	57	10,26						
			лимон	16	3,68						
			Сахар	20	1,72						
			хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,40	93,5	3,5	0,5	24,15
хлеб черн.			г.п.	хлеб ржаной	40	1,52	74,4	2,3	0,3	14,8	
Итого				99,62	731	25,32	30,4	115,88			
Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (Груша)	200	44	34,13	0,3	0,23	7,35		
			напиток	г.п.	сок фруктовый	200	16,6	92	1	0	25,4
			сладкое	г.п.	мармелад	35	11,2	112	0,04	1,1	4,4
Итого				71,8	126,13	1,34	1,33	37,15			
Ужин	закуска	44/98	салат из свежих овощей с сух.	80	20,2137	122,8	1,1	3,9	15,6		
			морковь	48,6	2,916						
			Капуста белокачанная	31,3	1,5337						
			курага	9,5	5,605						
			чернослив	15,3	9,027						
			Сахар	2	0,172						
			масло растительное	6	0,96						
	2 блюдо	124/146	фрикадельки из кур	90	40,95	189,9	18	12,9	0,5		
			гарнир	165/188	каша рассыпчатая из гречнев.	180	10,53	267,8	12,6	7,8	52,1
	хлеб бел.	г.п.	крупа гречневая	86	4,73						
			масло сливочное	5	5,8						
			хлеб пшеничный	40	1,4	93,5	3,5	0,5	24,15		
	гор. Напиток	268/295	чай с сахаром	200	1,2	35	0,1	0,03	9,9		
			чай	0,4	0,34						
			сахар	10	0,86						
Итого				74,2937	709	35,3	25,13	102,25			
завтрак 2	кисломолочный напиток	г.п.	Кефир	200	19,2	100	5,8	5	8		
			гор напиток	268/295	чай с сахаром	200	1,2	35	0,1	0,03	9,9
			чай	0,4	0,34						
			Сахар	10	0,86						
Итого			сладкое	г.п.	баранка	35	11,2	104,3	1,23	1,2	4,8
						31,6	239,3	7,13	6,23	22,7	

Основное организованное меню

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

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет проживающие			Отд./корп				День	Четверг 30.01.2029г.	
Присл. лица	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	185/208	каша пшеничная молочная	250/10.	27,96	351,9	17,3	11	39,9	
			жидкая							
			крупя пшено	50	3,50					
			молоко	126	12,35					
			Сахар	6	0,52					
	гор.напиток	274/301	масло сливочное	10	11,60					
			какао с молоком	200	19,01	88	3,3	2,5	13,7	
			какао порошок	4	0,61					
			молоко	100	9,80					
			Сахар	10	8,60					
хлеб	1/9.	бутерброд с маслом	70/20.	25,65	313	5,4	17	34		
		хлеб	70	2,45						
		масло сливочное	20	23,20						
Итого				72,62	752,9	26	30,5	87,6		
Обед	закуска	36/44	Салат картофельный с	100	9,38	144	3,3	5,4	10,8	
			зеленым горошком							
			яйцо	10	1,40					
			картофель	86	3,87					
			масло растительное	8	1,28					
			горошек консер.	27	2,43					
	1 блюдо	63/72	лук реп.	9	0,40					
			суп картофельный с	250	12,67	111,7	2,6	2,5	18,8	
			бобовыми и гречками							
			картофель	62,5	2,81					
			лук реп.	12	0,53					
			морковь	16	0,96					
	2 блюдо	115/131	масло сливочное	5	5,80					
			горох	20	1,20					
			хлеб пшеничный	39	1,37					
			рагу овощное с мясом	250	77,69	523	21,4	28,4	23,5	
			мука	3	0,20					
			картофель	98	4,41					
			Капуста белокачанная	76	3,72					
			лук реп.	35	1,54					
			морковь	63	3,78					
			масло растительное	8	1,28					
			томатна паста	6	1,76					
			Филе курицы	122	59,78					
	напиток	276/303	масло сливочное	1	1,16					
			сахар	0,7	0,06					
			яблочно-лимонный	200	15,66	101	0,3	0,2	2,5	
			напиток							
	хлеб бел.	г.п.	яблоко	57	10,26					
			лимон	16	3,68					
хлеб черн.	г.п.	Сахар	20	1,72						
		хлеб пшеничный	40	1,40	93,5	3,5	0,5	24,15		
		хлеб ржаной	40	1,52	74,4	2,3	0,3	14,8		
Итого				118,31	1047,6	33,4	37,3	94,55		
Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (Груша)	200	44	34,13	0,3	0,23	7,35	
	напиток	г.п.	сок фруктовый	200	16,6	92	1	0	25,4	
	сладкое	г.п.	мармелад	50	16	321	0,1	0	79,4	
Итого					76,6	447,13	1,4	0,23	112,15	
Ужин	закуска	44/98	салат из свежих овощей с су	100	20,2137	153,5	2	6,14	22,54	
			морковь	48,6	2,916					
			Капуста белокачанная	31,3	1,5337					
			курага	9,5	5,605					
			чернослив	15,3	9,027					
			Сахар	2	0,172					
	2 блюдо	124/146	масло растительное	6	0,96					
			фрикадельки из кур	100	45,5	245	12,5	15,7	11,1	
	гарнир	165/188	каша рассыпчатая из гречне	200	12,185	214,2	14	8,7	57,9	
			крупя гречневая	95	5,225					
			масло сливочное	6	6,96					
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,4	93,5	3,5	0,5	24,15	
			гор. Напиток	268/295	чай с сахаром	200	1,2	35	0,1	0,03
				чай	0,4	0,34				
				сахар	10	0,86				
Итого						80,4987	741,2	32,1	31,07	113,69
завтрак 2	кисломолочн ый напиток	г.п.	кефир	200	19,2	100	5,8	5	8	
			гор. Напиток	168/295	чай с сахаром	200	1,2	35	0,1	0,03
	сладкое	г.п.	чай	0,4	0,34					
			Сахар	10	0,86					
		баранка	50	16	149	1,99	2,7	26,3		
Итого				36,4	284	7,89	7,73	44,2		
Итого за весь день					384,43	3272,83	100,79	106,83	454,19	

Основное организованное меню

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

Школа		МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 приходящие			Отд./корп			День				
Прием пищи		Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор.блюдо	185/208	каша пшениная молочная жидкая		150	19,01	249,6	3,84	4,8	19,2		
			крупа пшено		40	2,80						
			молоко		101	9,90						
			Сахар		6	0,52						
			масло сливочное		5	5,80						
	гор.напиток	274/301	какао с молоком		200	10,96	88	3,3	2,5	13,7		
			какао порошок		2	0,30						
			молоко		100	9,80						
				Сахар		10	0,86					
	напиток	г.п.	кефир		200	19,20	100	5,8	5	8		
	фрукт	г.п.	фрукт (Груша)		200	44,00	34,13	0,3	0,23	7,35		
	хлеб	1/9.	бутерброд с маслом		5	18,98	237,6	2,77	5,8	23,2		
хлеб			45	1,58								
масло сливочное			15	17,40								
Итого						112,15	709,33	16,01	18,33	71,45		
Обед	закуска	36/44	Салат картофельный с зеленым горошком		100	8,02	95,2	4,32	9,2	15,03		
			Яйцо		8	1,12						
			лук реп.		7	0,31						
			картофель		70	3,15						
			горошек зеленый консерв.		24	2,16						
			масло растительное		8	1,28						
	1 блюдо	63/72	суп картофельный с бобовыми и гречками		250	12,67	11,7	2,6	2,5	18,8		
			картофель		62,5	2,81						
			лук реп.		12	0,53						
			морковь		16	0,96						
			масло сливочное		5	5,80						
			горох		20	1,20						
			хлеб пшеничный		39	1,37						
	2 блюдо	115/131	рагу овощное с мясом		150	61,64	355,2	12,3	9	18		
			Филе куриной грудки		97	47,53						
			мука		2	0,13						
			картофель		79	3,56						
			Капуста белокачанная		61	2,99						
			лук реп.		28	1,23						
			морковь		51	3,06						
			масло растительное		6	0,96						
			томатна паста		4,5	1,32						
			масло сливочное		0,7	0,81						
			сахар		0,6	0,05						
			напиток	276/303	яблочно-лимонный напиток		200	15,66	101	0,3	0,2	25,1
					яблоко		57	10,26				
	лимон				16	3,68						
	Сахар				20	1,72						
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный		40	1,40	93,5	3,5	0,5	24,15		
	хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной		40	1,52	74,4	2,3	0,3	14,8		
	Итого						100,90	731	25,32	21,7	115,88	
	Итого за весь день						213,05	1440,33	41,33	40,03	187,33	

Основное организованное меню

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

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 приходящие			Отд./корп				День	Четверг
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	185/208	каша пшеничная молочная жидкая	200	20,98	189	7,3	11	44
			крупа пшено	50	3,50				
			молоко	126	12,35				
			Сахар	6	0,52				
	гор.напиток	274/301	масло сливочное	7	8,12				
			какао с молоком	200	11,27	88	3,3	2,5	13,7
			какао порошок	4	0,61				
			молоко	100	9,80				
	напиток	г.п.	кефир	200	19,20	100	5,8	5	8
			Фрукт	г.п.	фрукт (Груша)	200	44,00	34,13	0,3
хлеб	1/9.	бутерброд с маслом	50/20.	24,95	165	4	16,7	23,8	
		хлеб	50	1,75					
		масло сливочное	20	23,20					
Итого				120,40	576,13	20,7	35,43	96,85	
Обед	закуска	36/44	Салат картофельный с зеленым горошком	100	9,61	98	3,3	5,4	10,8
			яйцо	10	1,40				
			лук реп.	7	0,31				
			картофель	86	3,87				
			горшек зеленый консерв.	27	2,43				
			масло растительное	10	1,60				
	1 блюдо	63/72	суп картофельный с бобовыми и гречками	250	12,67	111,7	2,6	2,5	18,8
			картофель	62,5	2,81				
			лук реп.	12	0,53				
			морковь	16	0,96				
			масло сливочное	5	5,80				
			горох	20	1,20				
			хлеб пшеничный	39	1,37				
	2 блюдо	115/131	рагу овощное с мясом	200	77,69	144	4,8	6,2	15,8
			мука	3	0,20				
			картофель	98	4,41				
			Капуста белокачанная	76	3,72				
			лук реп.	35	1,54				
			морковь	63	3,78				
			масло растительное	8	1,28				
			томатна паста	6	1,76				
			филе курицы	122	59,78				
			масло сливочное	1	1,16				
			сахар	0,7	0,06				
	напиток	276/303	яблочно-лимонный напиток	200	15,66	101	0,3	0,2	2,5
			яблоко	57	10,26				
			лимон	16	3,68				
			Сахар	20	1,72				
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,40	93,5	3,5	0,5	24,15
	хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	40	1,52	74,4	2,3	0,3	14,8
Итого				118,54	622,6	16,8	15,1	86,85	
Итого за весь день				238,94	1198,73	37,5	50,53	183,7	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 229723484149701461558283897186772312471353484434

Владелец Делявская Наталья Анатольевна

Действителен с 28.11.2024 по 28.11.2025