

Основное организованное меню

Утверждаю _____ директор
МБОУ Целинная ОШИ №15 - Н.А.
Делявская

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет проживания		Отд./корп				День	Четверг		
Прием лица	Раздел	До реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	185/208	каша пшеничная молочная жидкая	250/10.	27,96	351,9	17,3	11	39,9	
			крупа пшено	50	3,50					
			молоко	126	12,35					
	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					
	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 зеленым горошком	100	9,38	144	3,3	5,4	10,8	
			яйцо	10	1,40					
			картофель	86	3,87					
			масло растительное	8	1,28					
			горошек консер.	27	2,43					
			лук реп.	9	0,40					
	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					
	2 блюдо	115/131	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					
			томатная паста	6	1,76					
			Филе курицы	122	59,78					
	напиток	276/303	яблочный-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				118,31	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 с	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	фрикадельки из кур	100	45,5	245	12,5	15,7	11,1	
			каша рассыпчатая из грече	200	12,185	214,2	14	8,7	57,9	
	гарнир	165/188	крупа 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	9,9	
			чай	0,4	0,34					
				сахар	10	0,86				
Итого				80,4987	741,2	32,1	31,07	115,69		
завтрак 2	кисломолочный 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	9,9	
			чай	0,4	0,34					
			Сахар	10	0,86					
сладкое	г.п.	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
Целинная ОШИ №15 К.А. Делевская



Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 лет проживания	Отд./корм	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы						
Присл. пища	Рацион	№ реп.	Блюдо											
Завтрак	гор. блюдо	185/208	каша пшеничная молочная	180/5	19,01	249,6	3,84	4,8	19,2					
			машина	40	2,80									
			крупа пшено	101	9,90									
			молоко	6	0,52									
			Сахар	5	5,80									
			масло сливочное	200	10,96	88	3,3	2,5	13,7					
			гор. напиток	274/301	какао с молоком	2	0,30							
			какао порошок	100	9,80									
			молоко	10	0,86									
			Сахар	5	18,93	237,6	2,77	5,8	23,2					
			хлеб	1/9	бутерброд с маслом	45	1,53							
			хлеб	15	17,40									
			масло сливочное	50-5-15	Гренки с сыром	15	22,25							
			сыр	5	14,70									
			масло сливочное	5	5,80									
хлеб	50	1,75												
Итого				71,16	575,2	9,91	13,1	56,1						
Обед	завска	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									
			яйца	8	1,12									
			1 блюдо	63/72	суп картофельный с бобовыми и гречками	250	12,67	11,7	2,6	2,5	18,8			
			картофель	62,3	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	рыбу 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									
			томатная 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				99,62	731	25,32	30,4	115,88			
			Подник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (Груша)	200	44	34,13	0,3	0,23	7,35		
						сок фруктовый	200	16,6	92	1	0	25,4		
						мармелад	35	11,2	112	0,04	1,1	4,4		
			Итого				71,8	126,13	1,34	1,33	37,15			
			Ужин	завска	44/98	салат из свежих овощей с сух.	80	20,237	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
						гаршир	165/188	каша рассыпчатая из гречки	180	10,53	267,8	12,6	7,8	52,1
						крупа гречневая	86	4,73						
масло сливочное	5	5,8												
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	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					
			чай с сахаром	200	1,2	35	0,1	0,03	9,9					
			чай	0,4	0,34									
			Сахар	10	0,86									
			сладкое	г.п.	баранка	35	11,2	104,3	1,23	1,2	4,8			
Итого				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 7-11 приходящие			Отд./корп				День	Четверг		
								06.02.2025г			
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 куринной 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 вось- 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 пшениная молочная жидкая	200	20,98	189	7,3	11	44
			крупа пшено	50	3,50				
			молоко	126	12,35				
			Сахар	6	0,52				
			масло сливочное	7	8,12				
			какао порошок	200	11,27	88	3,3	2,5	13,7
	гор.напиток	274/301	молоко	4	0,61				
			Сахар	100	9,80				
			кефир	10	0,86				
	напиток	г.п.		200	19,20	100	5,8	5	8
	Фрукт	г.п.		200	44,00	34,13	0,3	0,23	7,35
	хлеб	1/9	бугерброд 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				
	2 блюдо	115/131	хлеб пшеничный	39	1,37				
			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.		40	1,40	93,5	3,5	0,5	24,15
	хлеб черн.	г.п.		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