

Основное организованное меню

Утверждаю
директор МБОУ Целинной ОШ №15
Н.А. Десятская



Школа	МБОУ Целинная ОШ № 15 7-11 лет проживающие		Отд./корп				День	Воскресенье 16.02.2025г.	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	73/86	Суп молочный с крупой рисовой	250	16,76	224	5,5	5,2	13,25
			молоко	125	12,25				
			масло сливочное	1,6	1,86				
				сахар	1,6	0,14			
				рис	20	2,52			
	гор. напиток	274/301	какао с молоком	200	10,95	94	2,9	2,8	14,9
			какао порошок	2	0,30				
			сахар	10	0,85				
				молоко	100	9,80			
	хлеб	2/10.	бутерброд с маслом и сыром	40/15/10	33,30	110	6,7	9,6	13,2
			хлеб	40	1,40				
			масло сливочное	10	11,60				
			сыр	15	14,70				
закуска	г.п.	яйцо	40/1шт	5,60	63	5,08	4,6	0,28	
		Итого:		66,61	491	20,18	22,2	41,63	
Обед	закуска	21/29	салат "Витаминный"	100	11,47	91	1,5	4,6	11
			Капуста белокачанная	84	4,12				
			морковь	32	1,92				
			яблоко	24	4,20				
			сахар	5	0,43				
			масло растительное	5	0,80				
	1 блюдо	56/68	Свекольник	250	15,56	113,3	2	5,1	14,8
			картофель	53	2,39				
			свекла	82	4,92				
			морковь	12	0,72				
			лук реп.	13	0,57				
			масло растительное	5	0,80				
			томатна паста	1,25	0,37				
			сахар	1,6	0,14				
				сметана	10	5,66			
	2 блюдо	95/109	Печень по-строгановски	80/40	46,09	233	10,1	15,3	3
			печень	143	37,47				
			масло растительное	10	1,60				
			сметана	10	5,66				
			мука	3	0,20				
				томатна паста	4	1,17			
	гарнир	165/188	каша гречневая рассыпчатая	180	10,53	267,8	12,6	7,8	52,1
			крупя гречневая	86	4,73				
масло сливочное			5	5,80					
напиток	291/318	кисель плодово - ягодный	200	12,00	76	0	0	20	
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:				98,56	949	32	33,6	139,85	
Подник	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.	Печенье	40	13,12	89,3	3,6	10,2	41,6
Итого:				62,12	214,6	4,9	10,5	73,75	
Ужин	закуска	39/47	Салат Студенческий	100	8,675	137	3,8	10,5	6,8
			картофель	45	2,025				
			морковь	25	1,5				
			гороше консерв.	27	2,43				
			яйцо	8шт	1,12				
			масло растительное	10	1,6				
	2 блюдо	104/118	фрикадельки из кур	100	44	207	14	12,2	10,1
			гарнир	131/153	Каша рисовая рассыпчатая	180	12,478	241	4,4
				рис	53	6,678			
				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:				67,753	713,5	25,8	27,53	76,25
завтрак 2	кисломолочный		Кефир	200	19,2	100	5,8	5	8
	напиток	г.п.	чай с сахаром	200	1,2	35	0,1	0,03	9,9
	гор. напиток	268/295	чай	0,4	0,34				
			сахар	10	0,86				
			сладкое	260/285	Булочка сдобная	50	8,7408	159	3,9
				мука	30	1,95			
				дрожжи	0,4	0,0104			
				соль	0,3	0,0114			
				сахар	8	0,688			
				масло сливочное	4,5	5,22			
			яйцо	3шт	0,42				
			молоко	4,5	0,441				
Итого:				29,1408	294	9,8	9,33	43,9	
Итого за весь день:				324,19	2662,1	92,68	103,16	375,38	

Основное организованное меню

Утверждаю
директор МБОУ Целинной ОШИ №15
Н.А. Дельвицкая

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет проживающие		Отд./корп				Дель	Воскресенье 16.02.2025г.		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	75/89	Суп молочный с крупой рисовой	250	16,76	224	5,5	5,2	13,25	
			молоко	125	12,25					
			масло сливочное	1,6	1,86					
			сахар	1,6	0,14					
			рис	20	2,52					
	гор.напиток	274/301	какао с молоком	200	10,96	94	2,9	2,8	14,9	
			какао порошок	2	0,30					
			сахар	10	0,86					
	хлеб	2/10.	бутерброд с маслом и сыром	40/15/10	27,70	328	6,7	9,6	13,2	
			хлеб	40	1,40	93,5	3,5	1,2	24,15	
масло сливочное			10	11,60						
закуска	г.п.	сыр	15	14,70						
		яйцо	40/1шт	5,60	63	5,08	4,6	0,28		
Итого					61,02	802,5	23,68	23,4	65,78	
Обед	закуска	21/29	салат "Витаминный"	100	50,47	91	1,5	4,6	11	
			Капуста белокачанная	84	4,12					
			морковь	32	1,92					
			яблоко	24	43,20					
			сахар	5	0,43					
	1 блюдо	56/68	Свекольник	250	15,56	113,3	2	5,1	14,8	
			картофель	53	2,39					
			свекла	82	4,92					
			морковь	12	0,72					
			лук реп.	13	0,57					
			масло растительное	5	0,80					
			томатна паста	1,25	0,37					
			сахар	1,6	0,14					
	2 блюдо	95/109	Печень по-строгановски	120/50.	65,76	109	23,5	19,8	3,4	
			печень	214	56,07					
			масло растительное	15	2,40					
			сметана	12,5	7,03					
			мука	4	0,26					
	гарнир	165/188	соус	50	1,17					
			томатна паста	4	1,17					
каша гречневая рассыпчатая			200	12,19	214,2	14	8,7	57,9		
напиток	291/318	кисель плодово - ягодный	200	12,00	76	0	0	20		
		крупя гречневая	95	5,23						
		масло сливочное	6	6,96						
		хлеб бел.	50	1,75	245	7	1,2	50,8		
хлеб черн.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,52	74,4	2,3	0,3	14,8		
		хлеб ржаной	40	1,52	74,4	2,3	0,3	14,8		
Итого				159,24	922,9	50,3	39,7	172,7		
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.	Печенье	40	13,12	166,3	2,9	3,8	166,8	
Итого					62,12	291,6	4,2	4,1	198,95	
Ужин	закуска	39/47	Салат Студенческий	100	8,675	137	3,8	10,5	6,8	
			картофель	45	2,025					
			морковь	25	1,5					
			горохе консерв.	27	2,43					
			яйцо	8шт	1,12					
	2 блюдо	104/118	масло растительное	10	1,6					
			фрикадельки из кур	100	44	207	14	12,2	10,1	
	гарнир	131/153	Каша рисовая рассыпчатая	180	13,864	241	4,4	4,3	25,3	
			рис	64	8,064					
			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						
сладкое	,260/285	сахар	10	0,86						
		Булочка сдобная	50	8,7334	159	3,9	4,3	26		
завтрак 2			мука	30	1,95					
			дрожжи	0,4	0,0104					
			соль	0,3	0,012					
			сахар	8	0,68					
			масло сливочное	4,5	5,22					
			яйцо	3шт	0,42					
			молоко	4,5	0,441					
Итого				69,139	713,5	25,8	27,53	76,25		
Итого за весь день					380,66	2989,5	113,78	104,03	557,58	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 229723484149701461558283897186772312471353484434

Владелец Делявская Наталья Анатольевна

Действителен с 28.11.2024 по 28.11.2025