

Утверждаю

Директор МБОУ
Целинной ОШИ №15
Ш. П.А. Делявская

Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 лет проживающие			Отд./корм	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы			
Приним. пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г								
Завтрак	гор.блюдо	182/205	каша манная молочная жидкая	180/5	23,39	234	7,3	9,2	36,9			
			крупа манная	28	1,68							
			молоко	158	15,48							
			Сахар	5	0,43							
			масло сливочное	5	5,80							
	гор.напиток	275/302	какао на густом	200	5,90		3,5	3,4	19,6			
			молоке	2	0,30							
			какао порошок	38	5,78							
	хлеб	4/12	г.п.	яйцо вареное	40	5,60						
			бютерброд с повидлом	40-50-10	26,25	222	2,4	7,5	36,9			
			масло сливочное	10	11,60							
			хлеб пшеничный	40	1,40							
			повидло	50	13,25							
Итого					55,55	456	13,2	20,1	87			
Обед	закуска	20/28	салат "из свежих огурцов и помидор"	60	23,05	81	0,7	7,4	2,9			
			огурец свежий	30	8,40							
			помидор	38	13,30							
			лук реп.	10	0,44							
			масло растительное	5	0,80							
			кислота лимонная	0,5	0,008							
			сахар	1	0,09							
			соль	0,3	0,01							
	1 блюдо	56/69	рассольник Ленинградский	250/10	26,81	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	5,80							
			огурец соленый	26,6	9,84							
	2 блюдо	77/91	рыба припущенная "Минтай"	90	46,62	224	18,2	10,2	2			
			минтай	196	46,06							
			морковь	5	0,30							
			лук реп.	6	0,26							
	соус	227/250	соус белый основной	20	1,58	49,2	3,76	3,48	0,76			
			лук реп.	1	0,04							
			масло сливочное	1,25	1,45							
	гарнир	131/153	мука	1,25	0,08							
			картофельное пюре	150	15,40	140	1,8	1,2	0,81			
			картофель	161,5	7,27							
			масло сливочное	5	5,80							
	напиток	291/318	молоко кипяченое	23,75	2,33							
			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	65,1	2,01	0,26	1,04			
	Итого					128,37	843,8	48,13	28,24	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	12,8653	67	0,9	3,4	8,4			
			морковь	80	4,8							
			яблоко	23	4,14							
			масло растительное	24	3,84							
			кислота лимонная	0,3	0,0045							
			Сахар	0,8	0,0688							
			соль	0,3	0,012							
			гор.блюдо	123/145	плов с мясом птицы	170	56,0272	443,7	12,1	9,2	36,8	
	куры	160,5			46,866							
	масло растительное	3,5			0,56							
	лук реп.	10,8			0,4752							
	морковь	11,5			0,69							
	крупа рисовая	41			5,33							
	масло растительное	9,5			1,52							
	томатна паста	2			0,586							
	хлеб бел.	г.п.			хлеб пшеничный	40	1,4	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	
	гор напиток	268/295			чай с сахаром	200	1,2	35	0,1	0,03	9,9	
	чай				чай	0,4	0,34					
	сахар				сахар	10	0,86					
	Итого							78,0125	713,6	18,9	13,43	94,05
	завтрак 2	кисломолочный напиток	сладкое	г.п.	Кефир	200	19,2	100	5,8	5	8	
ватрушка с творогом				50	15,11981	136	5,8	3,6	19,4			
мука				32	2,08							
сахар				3,1	0,2666							
масло сливочное				2	2,32							
яйцо				8шт	1,12							
дрожжи				0,2	0,0052							
соль				0,4	0,016							
масло растительное				0,2	0,032							
ванилин				0,002	0,000012							
творог				16	9,28							
Итого								34,31981	236	11,6	8,6	27,4
Итого за весь день								252,75	2579,7	94,93	77,27	341,66



Основное организованное меню



МБОУ Целинная ОШИ № 15 1-4 классы 7-11 приходящие						Среда 19.02.2025г				
Школа	Раздел	№ рец.	Блюдо	Отд./корп	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Прием пищи				Выход, г						
Завтрак	гор.блюдо	182/205	каша манная молочная жидкая	150	23,39	234				
			крупа манная	28	1,68					
			молоко	158	15,48					
				Сахар	5	0,43				
				масло сливочное	5	5,80				
	гор.напиток	275/302	какао на густом молоке	200	6,08	120		3,5	3,4	19,6
			какао порошок	2	0,30					
			молоко густое	38	5,78					
	напиток	г.п.		кефир	200	19,20	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	19,95	222	2,4	7,5	36,9
				хлеб пшеничный	30	1,05				
повидло				40	10,60					
Итого					102,46	709,3	19,3	25,4	101,75	
Обед	закуска	20/28	салат "Из свежих огурцов и помидор"	100	23,05	61	0,7	7,4	2,9	
			огурец свежий	30	8,40					
			помидор	38	13,30					
			лук реп.	10	0,44					
			масло растительное	5	0,80					
			кислота лимонная	0,5	0,008					
			сахар	1	0,09					
			соль	0,3	0,01					
	1 блюдо	56/69		рассольник Ленинградский	250/10	26,81	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	5,80				
				огурец соленый	26,6	9,84				
				сметана	10	5,66				
	2 блюдо	77/91		рыба припущенная "Минтай"	90	46,62	226	18,2	10,2	2
				минтай	196	46,06				
				морковь	5	0,30				
	соус	227/250		соус белый основной	20	1,58	45,2	3,76	3,48	0,76
				лук реп.	1	0,04				
				масло сливочное	1,25	1,45				
	гарнир	131/153		мука	1,25	0,08				
				картофельное пюре	150	15,40	140	1,8	1,2	0,81
				картофель	161,5	7,27				
				масло сливочное	5	5,80				
	напиток	291/318		молоко кипяченое	23,75	2,33				
				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	65,1	2,01	0,26	1,04
	Итого					128,37	826,8	48,13	28,34	67,06
	Итого за весь день					230,84	1536,1	67,43	53,74	168,81

Основное организованное меню



Школа		МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет приходящие			Отд./корп		Среда 19.02.2025г.		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	182/205	каша манная молочная жидкая	29	32,54	210	10,2	12,8	42,3
			крупа манная	39	2,34				
			молоко	220	21,56				
			Сахар	6	0,52				
			масло сливочное	7	8,12				
	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	19,20	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	23,01	122	2,4	7,5	36,9
			масло сливочное	10	11,60				
			повидло	40	10,60				
Итого					113,23	585,3	22,2	29	113,555
Обед	закуска	14/22	салат "Из свежих огурцов и помидор"	100	32,15	81	0,7	7,4	2,9
			огурец свежий	50	14,00				
			помидор	47	16,45				
			лук реп.	18	0,79				
			масло растительное	5	0,80				
			кислота лимонная	0,5	0,01				
			сахар	1	0,09				
			соль	0,3	0,01				
			1 блюдо	56/69	рассольник Ленинградский				
	картофель	93,3			4,20				
	крупа перловая	5			0,28				
	морковь	12,5			0,75				
	лук реп.	6,6			0,29				
	масло сливочное	5			5,80				
	огурец соленый	26,6			9,84				
	сметана	10	5,66						
	2 блюдо	77/91	рыба припущенная "Минтай"	100	58,27	259,2	3	14,5	2,16
			морковь	4	0,24				
			минтай	246	57,81				
			лук реп.	5	0,22				
	гарнир	131/153	картофельное пюре	180	18,46	168	3,7	6,3	23,4
			картофель	193,5	8,71				
			масло сливочное	6	6,96				
			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	1,40	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
соус	227/250	соус белый основной	20	1,58	61,5	4,7	4,35	0,95	
		мука	1,25	0,08					
		лук реп.	1	0,04					
		масло сливочное	1,25	1,45					
Итого					152,19	933,6	36,06	38,65	103,76
Итого за весь день					265,41	1518,9	58,26	67,65	217,315

Основное организованное меню



Школа		МБОУ Деляевская ОШ № 15		Отд./корп		День				
12-18 лет проживающие						Среда 19.02.2025г.				
Идем пицца	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
завтрак	гор.блюдо	182/205	каша манная молочная жидкая	250	32,54	325	10,2	12,8	42,3	
			крупа манная	39	2,34					
			молоко	220	21,56					
			Сахар	6	0,52					
			масло сливочное	7	8,12					
	гор.напиток	275/302	какао на гущенном молоке	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	19,95	349	4,1	12,6	55,6	
			хлеб пшеничный	30	1,05					
повидло			40	10,60						
Итого				58,57	794	17,8	28,8	117,5		
Обед	закуска	20/28	салат "из свежих огурцов и помидор"	100	32,15	81	0,7	7,4	2,9	
			огурец свежий	50	14,00					
			помидор	47	16,45					
			лук реп.	18	0,79					
			масло растительное	5	0,80					
			кислота лимонная	0,5	0,008					
			сахар	1	0,09					
			соль	0,3	0,01					
			рассольник Ленинградский	250/10	26,81	120	18,16	5,3	15,4	
			картофель	93,3	4,20					
	1 блюдо	56/69	крупа перловая	5	0,28					
			морковь	12,5	0,75					
			лук реп.	6,6	0,29					
			масло сливочное	5	5,80					
			огурец соленый	26,6	9,84					
			сметана	10	5,66					
			рыба припущенная "Минтай"	100	58,27	259,2	3	14,5	2,16	
	2 блюдо	77/91	морковь	4	0,24					
			минтай	246	57,81					
			лук реп.	5	0,22					
	гарнир	131/153	картофельное пюре	180	18,46	168	3,7	6,3	23,4	
			картофель	193,5	8,71					
			масло сливочное	6	6,96					
напиток	291/318	молоко кипяченое	28,5	2,79						
		кисель плодово-ягодный	200	12,00	76	0	0	20		
		хлеб бел. г.п.	40	1,40	93,5	3,5	0,5	24,15		
хлеб черн. г.п.	г.п.	хлеб ржаной	40	1,52	74,4	2,3	0,3	14,8		
		соус белый основной	20	1,58	49,2	3,76	3,48	0,76		
	227/250	мука	1,25	0,08						
		лук реп.	1	0,04						
		масло сливочное	1,25	1,45						
Итого				152,19	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.	200	16,6	92	1	0	25,4	
			сладкое г.п.	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	9,6653	67	0,9	3,4	8,4	
			морковь	80	4,8					
			яблоко	23	4,14					
			масло растительное	4	0,54					
			кислота лимонная	0,3	0,0045					
			Сахар	0,8	0,0688					
			соль	0,3	0,012					
	гор.блюдо	123/145	плов с мясом птицы	200	67,165	522	21	27	44,2	
			куры	196,5	57,378					
			лук реп.	12,5	0,55					
			морковь	13	0,78					
			крупа рисовая	47	6,11					
			масло растительное	10,5	1,58					
	хлеб бел. г.п.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,4	93,5	3,5	0,5	24,15	
			хлеб черн. г.п.	40	1,52	74,4	2,3	0,3	14,8	
			гор напиток	268/295	чай с сахаром	200/20	1,2	114,8	0,1	0,03
			чай	0,4	0,34					
			сахар	10	0,86					
Итого				80,9503	871,7	27,8	31,23	121,65		
завтрак 2	кисломолочный напиток	г.п.	кефир	200	19,2	100	5,8	5	8	
			сладкое	252/276	ватрушка с творогом	50	13,350012	136	5,8	3,6
				мука	25	1,625				
				сахар	1,3	0,1118				
				масло сливочное	1	1,16				
				яйцо	8шт	1,12				
				дрожжи	0,2	0,0052				
				соль	0,4	0,016				
				масло растительное	0,2	0,032				
				ванилин	0,002	0,000012				
				творог	16	9,28				
Итого за весь день				385,75	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