

Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет проживающие			Отд./корп				День	Среда 12.03.2025г.		
Прием пищи	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 сгущенном молоке	200	6,08	120	3,5	3,4	19,6		
			какао порошок	2	0,30						
			молоко сгущенное	38	5,78						
	хлеб	4/12.	бутерброд с повидлом	43/40/10	20,07	349	4,1	12,6	55,6		
			хлеб пшеничный	30	1,17						
			повидло	40	10,60						
Итого					58,69	794	17,3	28,8	117,5		
Обед	закуска	20/28	салат "из свежих огурцов и помидор"	100	33,65	81	0,7	7,4	2,9		
			огурец свежий	50	15,50						
			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						
			1 блюдо	56/69	рассольник Ленинградский	250/10	25,24	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						
	2 блюдо	77/91	огурец соленый	26,6	9,84						
			сметана	10	4,09						
			рыба припущенная "Минтай"	100	58,27	259,2	3	14,5	2,16		
			морковь	4	0,24						
	гарнир	131/153	минтай	246	57,81						
			лук реп.	5	0,22						
	напиток	291/318	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						
			кисель плодово - ягодный	200	12,00	76	0	0	20		
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,56	93,5	3,5	0,5	24,15		
			хлеб ржаной	40	1,60	74,4	2,3	0,3	14,8		
	соус	227/250	соус белый основной	20	1,38	49,2	3,76	3,48	0,76		
			мука	1,25	0,08						
			лук реп.	1	0,04						
масло сливочное			1,25	1,45							
Итого				152,35	921,3	35,12	37,78	103,57			
Полдник	г.п.	фрукт свежий (яблоко)	180	32,4	33,3	0,3	0,3	6,75			
		сок фруктовый	200	16,6	92	1	0	25,4			
		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	9,6653	67	0,9	3,4	8,4		
			морковь	80	4,8						
			яблоко	23	4,14						
			масло растительное	4	0,64						
			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	64,807	522	21	27	44,2
					куры	196,5	55,02				
					лук реп.	12,5	0,55				
	морковь	13			0,78						
	крупа рисовая	47			6,11						
	масло растительное	10,5			1,68						
	хлеб бел.	г.п.	томатна паста	2,3	0,667						
			хлеб пшеничный	40	1,56	93,5	3,5	0,5	24,15		
			хлеб ржаной	40	1,5	74,4	2,3	0,3	14,8		
			чай с сахаром	200/20	1,2	114,8	0,1	0,03	30,1		
	гор напиток	268/295	чай	0,4	0,34						
			сахар	10	0,86						
	Итого				78,8323	871,7	27,8	31,23	121,85		
завтрак 2	кисломолочны й напиток	г.п.	кефир	200	19,2	100	5,8	5	8		
			ватрушка с творогом	50	13,126012	136	5,8	3,6	19,4		
			мука	25	1,625						
			сахар	1,3	0,1118						
			масло сливочное	1	1,16						
			яйцо	8шт	0,896						
			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				383,70	3148,3	95,42	113,27	373,52

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

Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет приходящие			Отд./корп	Цена	Калорийность	Белки	День		
	Прием пищи	Раздел	№ рец.					Блюдо	Выход, г	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	182/205	каша манная молочная		29	32,54	210	10,2	12,8	42,3
			жидкая		39	2,34				
			крупа манная		220	21,56				
			молоко		6	0,52				
			Сахар		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				
	напиток	г.п.	кефир		200	19,20	100	5,3	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	33,65	81	0,7	7,4	2,9
			огурец свежий		50	15,50				
			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		250/10	25,24	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	4,09						
	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	1,56	93,5	3,5	0,5	24,15
	хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной		40	1,60	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					152,35	933,6	36,06	38,65	103,76	
Итого за весь день					265,58	1518,9	58,26	67,65	217,315	

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

Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШИ №15 7-11 лет проживающие			Отд./корп				День	Среда 12.03.2025г					
Привл. пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы					
Завтрак	гор.блюдо	182/205	каша манная молочная жидкая	180/5.	23,39	234	7,3	9,2	30,5					
			крупа манная	28	1,68									
			молоко	158	15,48									
			Сахар	5	0,43									
			масло сливочное	5	5,80									
	гор.напиток	275/302	какао на сгущенном молоке	200	4,78			3,5	3,4	19,6				
			какао порошок	2	0,30									
			молоко сгущенное	38	5,78									
	хлеб	4/12.		яйцо вареное	40	4,48								
				бутиерброд с повидлом	40-50-10	26,41	222	2,4	7,5	36,9				
				масло сливочное	10	11,60								
				хлеб пшеничный	40	1,56								
			повидло	50	13,25									
Итого					54,99	456	13,2	20,1	87					
Обед	закуска	20/28	салат "из свежих огурцов и помидор"	60	23,95	31	0,7	7,4	2,9					
			огурец свежий	30	9,30									
			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									
			рассольник											
			1 блюдо	56/69	рассольник Ленинградский	250/10	25,24	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	4,09									
	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								
				мука	1,25	0,08								
	гарнир	131/153		картофельное пюре	150	15,40	140	1,8	1,2	0,81				
				картофель	161,5	7,27								
				масло сливочное	5	5,80								
молоко кипяченое				23,75	2,33									
напиток	251/318		кисель плодово - ягодный	200	12,00	76	0	0	20					
			хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,56	93,5	3,5	0,5	24,15			
			хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	40	1,60	65,1	2,01	0,26	1,04			
Итого					127,94	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	12,8653	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	54,1012	443,7	12,1	9,2	36,8			
					куры	160,5	44,94							
					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	1,56	93,5	3,5	0,5	24,15				
				хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	40	1,6	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				0,4	0,34									
сахар				10	0,86									
Итого					71,3265	713,6	18,9	13,43	94,05					
завтрак 2	кисломолочный напиток	г.п.	Кефир	200	19,2	100	5,8	5	8					
			сладкое	252/276	ватрушка с творогом	50	15,11961	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					34,31961	236	11,6	8,6	27,4
					Итого за весь день					349,68	2379,7	94,93	77,27	341,56

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

Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 1-4 классы 7-11 приходящие			Стд./корп				День		Среда 12.03.2025г
	Раздел	№ рец.	Блюдо					Выход, г	Цена	
Завтрак	гор.блюдо	182/205	каша манная молочная жидкая	150	23,39	234	7,3	9,2	30,5	
			крупа манная	28	1,68					
			молоко	158	15,48					
			Сахар	5	0,43					
	гор.напиток	275/302	масло сливочное	5	5,80					
			какао на сгущенном молоке	200	6,08	120	3,5	3,4	19,6	
			какао порошок	2	0,30					
	напиток	г.п.	кефир	200	19,20	100	5,8	5	3	
			фрукт (Яблоко)	180	33,84	33,3	0,3	0,3	6,75	
	хлеб	4/12.	бутерброд с повидлом	30/40/10	20,07	222	2,4	7,5	36,9	
хлеб пшеничный			30	1,17						
повидло			40	10,60						
Итого				102,58	709,3	19,3	25,4	101,75		
Обед	закуска	20/28	салат "Из свежих огурцов и помидор"	100	23,95	61	0,7	7,4	2,9	
			огурец свежий	30	9,30					
			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	25,24	120	18,16	5,3
	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					
	2 блюдо	77/91	рыба припущенная "Минтай"	90	46,62	226	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	45,2	3,76	3,48	0,76	
			лук реп.	1	0,04					
			масло сливочное	1,25	1,45					
	гарнир	131/153	картофельное пюре	150	15,40	140	1,8	1,2	0,81	
			картофель	161,5	7,27					
			масло сливочное	5	5,80					
			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	1,56	93,5	3,5	0,5	24,15	
	хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	40	1,50	65,1	2,01	0,26	1,04	
	Итого				127,94	826,8	48,13	28,34	67,06	
Итого за весь день				230,52	1536,1	67,43	53,74	168,81		

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 229723484149701461558283897186772312471353484434

Владелец Делявская Наталья Анатольевна

Действителен с 28.11.2024 по 28.11.2025