

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

Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 лет проживающие			Отд./корп				День	Среда 19.03.2025г		
Прием 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						
	г.п.		яйцо вареное	40	4,48						
	хлеб	4/12.	Бутерброд 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				54,59	455	13,2	20,1	87			
Обед	закуска	20/28	салат "из свежих огурцов и помидор"	60	23,95	81	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	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	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	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	15,11981	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	0,00012						
			творог	16	9,28						
			Итого				34,31981	236	11,6	8,6	27,4
			Итого за весь день				349,68	2579,7	94,93	77,27	341,66

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

Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 1-4 классы 7-11 приходящие			Отд./корп				День	Среда
	Раздел	№ рец.	Блюдо						Выход, г
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				
			масло сливочное	5	5,80				
	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	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	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	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	1,60	65,1	2,01	0,26	1,04
Итого					127,94	826,8	48,13	28,34	67,06
Итого за весь день					230,53	1536,1	67,43	53,74	168,81

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	Жиры	Среда 19.03.2025г. Углеводы
	Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо					
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	5,8	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	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				
	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 12-18 лет проживающие			Отд./корп				День	Среда 19.03.2025г.								
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	17,8	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												
			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														
	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														
	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				
	хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	40	1,60												
	соус	227/250	соус белый основной	20	1,58												
			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	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												
	сладкое	г.п.	пряник	50	12,5												
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												
			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														
	томатна паста	2,3	0,667														
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,56												
	хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	40	1,6												
	гор напиток	268/295	чай с сахаром	200/20	1,2	114,8	0,1	0,03	30,1								
			чай	0,4	0,34												
			сахар	10	0,86												
	Итого									78,6323	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	13,126012												
			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					283,70	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