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

Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 лет проживающие			Отд./корп				День	Суббота 05.04.2025г
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	213/236	Запеканка из творога	100,0	65,76	197,3	12,3	13,2	23,4
			творог	94	54,52				
			манка	6	0,36				
			сахар	6	0,52				
			яйцо	1/10шт	1,12				
			сухари панировочные	4	0,84				
			сметана	4	1,63				
			масло сливочное	4	4,64				
			молоко сгущенное	14	2,13				
	гор. Блюдо	75/89	Суп молочный с макаронами	200	15,94	82	4,4	4,1	15,9
			макароны	20	1,20				
			молоко	125	12,25				
			сахар	2	0,17				
			масло сливочное	2	2,32				
	гор.напиток	272/299	кофейный напиток на молоке	200	19,13	94	2,9	2,8	14,9
			молоко	100	9,50				
			сахар	110	9,46				
			кофейный напиток	2	0,17				
	хлеб	3//11.	бутерброд с сыром	30/10.	11,95	106	5	3	14,5
			сыр	11	10,78				
			хлеб	30	1,17				
Итого					96,84	479,3	24,6	23,1	68,7
Обед	закуска	40/48	Винегрет овощной	100	15,51	55	1,3	2,3	7,3
			свекла	19	1,14				
			морковь	12,5	0,75				
			картофель	27,5	1,24				
			огурец соленый	27,5	10,18				
			Капуста белокачанная	20	0,98				
			лук реп.	17,5	0,77				
			сахар	0,5	0,04				
			соль	0,3	0,01				
			масло растительное	2,5	0,40				
			кислота лимонная	0,3	0,005				
	1 блюдо	52/64	Щи из свеж. Капусты с картофелем	250	11,21	98,3	2,1	7	10,1
			Капуста белокачанная	64	3,84				
			картофель	39	1,76				
			морковь	12	0,72				
			лук реп.	11,5	0,51				
			масло растительное	5	0,30				
			сметана	10	4,09				
	2 блюдо	76/90	Рыба отварная "Горбуша"с соусом польским	120	119,00	183	12	9,5	1,7
			горбуша	214	106,14				
			морковь	5	0,30				
			лук реп.	6	0,26				
			масло сливочное	10	11,60				
			кислота лимонная	0,2	0,003				
			мука	2	0,13				
			яйцо	5шт	0,56				
	гарнир	202/225	Макароны отварные	100	9,64	235	6,6	5	40
			макароны	64	3,84				
			масло сливочное	5	5,80				
	напиток	278/305	чай с сахаром	200	1,20	35	0,1	0,03	9,9
			чай	0,4	0,34				
			сахар	10	0,86				
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	55	2,15	130	3,8	1,5	25,7
	хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	40	1,60	74,4	2,3	0,3	14,8
Итого					160,30	810,7	28,2	25,63	109,5
Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (апельсин)	200	52	108	2,7	0,56	2,24
	напиток	г.п.	сок фруктовый	200	16,6	92	1	0	25,4
	сладкое	г.п.	Вафли	20	7,64	54	0,16	0,02	0,08
Итого					76,24	254	3,86	0,58	27,72
Ужин	закуска	27/35	Салат из свеклы с яблоком	100	12,5535	82	0,9	5,1	8,3
			свекла	65	3,9				
			яблоко	43	7,74				
			масло растительное	5	0,8				
			кислота лимонная	0,5	0,0075				
			сахар	1	0,086				
			соль	0,5	0,02				
	2 блюдо	105/119	Тефтели из говядины	90	40,95	154,8	9	10,8	5,4
	гарнир	131/153	Картофельное пюре	150	15,32375	140	1,8	1,2	0,81
			картофель	161,5	7,2675				
			молоко	23,75	2,25625				
			масло сливочное	5	5,8				
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,56	93,5	3,5	0,5	24,15
		269/296	чай с молоком	200	6,1	69	1,6	1,8	12,4
			чай	0,4	0,34				
			молоко	50	4,9				
			сахар	10	0,86				
Итого					76,48725	539,3	16,8	19,4	51,06
завтрак 2	кисломолочный напиток	г.п.	Кефир	200	19,2	100	5,8	5	8
	гор. Напиток	278/305	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.	Печенье	50	16,4	111,7	2,1	4,5	9
Итого					36,8	246,7	8	9,53	26,9
Итого за весь день					446,67	2330	81,46	78,24	283,88

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

Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет проживающие			Отд./корп			День	Суббота 05.04.2025г.	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	213/236	Запеканка из творога	7,5	16,29	430,8	25,5	19,8	35,08
			творог	141	81,78				
			манка	10	0,60				
			сахар	10	0,86				
			яйцо	1/10шт	1,12				
			сухари панировочные	6	1,26				
			сметана	6	2,45				
			масло сливочное	6	6,96				
			молоко сгущенное	20	3,04				
	гор. Блюдо	75/89	Суп молочный с макаронами	200	28,02	119	4,4	4,1	15,9
			макароны	20	1,20				
			молоко	125	1,90				
			сахар	2	1,72				
			масло сливочное	2	23,20				
	гор.напиток	272/299	кофейный напиток на молоке	200	11,34	94	2,9	2,8	14,9
			молоко	100	9,80				
			сахар	10	0,86				
			кофейный напиток	8	0,68				
	хлеб	3//11.	бутерброд с сыром	3	23,51	106	5	3	14,5
			сыр	22	21,56				
			хлеб	50	1,95				
Итого					51,14	749,8	33,4	25,6	64,48
Обед	закуска	40/48	Винегрет овощной	100	15,73	55	1,3	2,3	7,3
			свекла	19	1,14				
			морковь	12,5	0,75				
			картофель	27,5	1,24				
			огурец соленый	27,5	10,18				
			Капуста белокачанная	20	1,20				
			лук реп.	17,5	0,77				
			сахар	0,5	0,04				
			соль	0,3	0,01				
			масло растительное	2,5	0,40				
			кислота лимонная	0,3	0,005				
	1 блюдо	52/64	Щи из свеж. Капусты с картофелем	300	14,01	112	2,1	7	10,1
			Капуста белокачанная	76	4,56				
			картофель	46	2,07				
			морковь	15	0,90				
			лук реп.	14	0,62				
			масло растительное	6	0,96				
			сметана	12	4,90				
	2 блюдо	76/90	Рыба отварная "Горбуша"с соусом польским	120	99,84	172	23	9,5	1,7
			горбуша	252	124,99				
			морковь	5	0,30				
			лук реп.	6	0,26				
			соус польский	50	12,29				
			масло сливочное	10	11,60				
			кислота лимонная	0,2	0,0030				
			мука	2	0,13				
			яйцо	5шт	0,56				
	гарнир	292/225	Макароны отварные	180	9,64	235	6,6	5	40
			макароны	64	3,84				
			масло сливочное	5	5,80				
	напиток	278/305	чай с сахаром	200	1,20	35	0,1	0,03	9,9
			чай	0,4	0,34				
			сахар	10	0,86				
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	55	2,15	131	3,8	1,5	25,7
	хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	40	1,60	74,4	2,3	0,3	14,8
Итого					144,17	814,4	39,2	25,63	109,5
Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (апельсин)	200	52	108	2,7	0,56	2,24
	напиток	г.п.	сок фруктовый	200	16,6	92	1	0	25,4
	сладкое	г.п.	Вафли	40	15,28	81	0,7	3,78	0,63
Итого					83,88	281	4,4	4,34	28,27
Ужин	закуска	27/35	Салат из свеклы с яблоком	100	12,5535	82	0,9	5,1	8,3
			свекла	65	3,9				
			яблоко	43	7,74				
			масло растительное	5	0,8				
			кислота лимонная	0,5	0,0075				
			сахар	1	0,086				
			соль	0,5	0,02				
	2 блюдо	105/119	Тефтели из говядины	100	45,5	338,3	14,2	22,8	22,9
	гарнир	131/153	Картофельное пюре	230	18,4605	215	4,7	8,1	29,9
			картофель	193,5	8,7075				
			молоко	28,5	2,793				
			масло сливочное	6	6,96				
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,4	93,5	3,5	0,5	24,15
		269/296	чай с молоком	200	6,1	69	1,6	1,8	12,4
			чай	0,4	0,34				
			молоко	50	4,9				
			сахар	10	0,86				
Итого					84,014	797,8	24,9	38,3	97,65
завтрак 2	кисломолочный напиток	г.п.	кефир	200	19,2	100	5,8	5	8
	гор. Напиток	278/305	чай с сахаром	200	20,88	35	0,1	0,03	9,9
			чай	0,4	0,34				
			сахар	10	0,86				
	сладкое	г.п.	Печенье	60	19,68	134	3,6	10,2	41,6
Итого					40,08	269	9,5	15,23	59,5
Итого за весь день					403,28	2912	111,4	109,1	359,4

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 229723484149701461558283897186772312471353484434

Владелец Делявская Наталья Анатольевна

Действителен С 28.11.2024 по 28.11.2025