

Утверждаю:

директор МБОУ
Целинной ОШ №15
Н.А. Делявская



Основное организованное меню

Школа		МБОУ Целинная ОШ № 15			Отд./корп		День		Среда 09.04.2025г			
7-11 лет проживающие		№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы			
Прием пищи	Раздел											
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	накао на гущенном молоке	200	4,78			3,5	3,4	19,6		
			накао порошок	2	0,30							
			молоко гущенное	38	5,78							
			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				54,99	456	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							
	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							
	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	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	
	гор.блюдо	268/295	кури	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							
			томатная 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	
			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	252/276	кисломолочный напиток Кефир	200	19,2	100	5,8	5	8				
		сладкое 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				349,63	2579,7	94,93	77,27	341,66				

Основное организованное меню


 Утверждаю _____ директор
 МБОУ Целинной ОШ №15, Н.А.
 Делявская

Школа	МБОУ Целинная ОШ № 15 1-4 классы 7-11 приходящие			Отд./корп				Среда		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
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	картофель	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"	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	лук реп.	20	1,58	45,2	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	картофель	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 фруктовое - 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	

Основное организованное меню

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

Школа		МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет приходящие			Отд./корп		Среда 09.04.2025г.		
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	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				
	гарнир	131/153	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				
	напиток	291/318	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 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

Основное организованное меню

Утверждено: _____
 МБОУ Целинная ОШИ №15 г.А.
 Деляевская 304



Школа		МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет проживающие			Отд./корп	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
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						
				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	бutterброд 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						
				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	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	37,76	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	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	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							
			томатна паста	2,3	0,667							
	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	200/20	114,8		0,1	0,03	30,1			
		чай	0,4	0,34								
		сахар	10	0,86								
Итого						78,8323	671,7	27,8	31,23	121,65		
завтрак 2	нисломолочны	г.п.	252/276	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

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 229723484149701461558283897186772312471353484434

Владелец Делявская Наталья Анатольевна

Действителен с 28.11.2024 по 28.11.2025