

Основное организованное меню

Утверждено _____ директор
МБОУ Целинная ОШИ №15 Н.А. Делявская

Дата: 23.04.2025г.

Школа	МБОУ Целинная ОШИ №15 12-18 лет проживающие		Отд./корп	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г				
Завтрак	гор.блюдо	182/205	каша манная молочная жидкая	250	30,38	325	10,2	42,3
			крупа манная	39	2,34			
			молоко	220	18,70			
			Сахар	6	0,52			
			масло сливочное	7	8,82			
	гор.напиток	275/302	какао на густом молоке	200	6,11	120	3,5	19,6
			какао порошок	2	0,33			
			молоко густое	38	5,78			
	хлеб	4/12	бутерброд с повидлом	43/40/10	20,07	349	4,1	55,6
			хлеб пшеничный	30	1,17			
Итого			повидло	40	10,60			
Обед					56,55	794	17,8	117,5
	закуска	20/28	салат "из свежих огурцов и помидор"	100	31,85	81	0,7	2,9
			огурец свежий	50	12,65			
			помидор	47	17,39			
			лук реп.	18	0,90			
			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	29,29	120	18,16	15,4
			картофель	93,3	6,34			
			крупа перловая	5	0,28			
			морковь	12,5	0,79			
			лук реп.	6,6	0,33			
			масло сливочное	5	6,30			
			огурец соленый	26,6	11,17			
			сметана	10	4,09			
	2 блюдо	77/91	рыба припущенная "Минтай"	100	58,31	259,2	3	14,5
			морковь	4	0,25			2,16
			минтай	246	57,81			
			лук реп.	5	0,25			
	гарнир	131/153	картофельное пюре	180	23,14	168	3,7	23,4
			картофель	193,5	13,16			
			масло сливочное	6	7,56			
			молоко кипяченое	28,5	2,42			
	напиток	291/318	кисель плодово-ягодный	200	12,00	76	0	20
			хлеб бел. г.п.	40	1,56	93,5	3,5	24,15
	хлеб черн. г.п.		хлеб ржаной	40	1,60	74,4	2,3	14,8
	соус	227/250	соус белый основной	20	1,71	49,2	3,76	0,76
			мука	1,25	0,08			
			лук реп.	1	0,05			
			масло сливочное	1,25	1,58			
Итого					155,46	921,3	35,12	103,57
Полдник	фрукты г.п.		Фрукт свежий (яблско)	180	33,84	33,3	0,3	6,75
	напиток г.п.		сок фруктовый	200	16,6	92	1	25,4
	сладкое г.п.		преник	50	12,5	200	1,8	34
Итого					62,94	325,3	3,1	66,15
Ужин	закуска	18/26	салат из моркови с яблока	100	10,0893	67	0,9	8,4
			морковь	80	5,04			
			яблоко	23	4,324			
			масло растительное	4	0,64			
			кислота лимонная	0,3	0,0045			
			Сахар	0,8	0,0688			
	гор.блюдо	123/145	соль	0,3	0,012			
			плов с мясом птицы	200	65,3154	522	21	44,2
			куры	196,5	55,02			
			лук реп.	12,5	0,625			
			морковь	13	0,819			
			крупа рисовая	47	6,486			
			масло растительное	10,5	1,68			
			томатная паста	2,3	0,6854			
			хлеб бел. г.п.	40	1,56	93,5	3,5	24,15
			хлеб черн. г.п.	40	1,6	74,4	2,3	14,8
	гор.напиток	268/295	чай с сахаром	200/20	1,1936	114,8	0,1	30,1
			чай	0,4	0,3336			
			сахар	10	0,86			
					79,7583	871,7	27,8	121,65
завтрак 2	кисломолочный напиток г.п.		кефир	200	19,2	100	5,8	8
	сладкое	252/276	ватрушка с творогом	50	7,970012	136	5,8	19,4
			мука	25	1,625			
			сахар	1,3	0,1118			
			масло сливочное	1	1,26			
			яйцо	8шт	0,84			
			дрожжи	0,2	0,0052			
			соль	0,4	0,016			
			масло растительное	0,2	0,032			
			ванилин	0,002	0,000012			
			творог	16	4,08			
					285,89	3148,3	95,42	373,52
Итого за весь день								

Основное организованное меню

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

Среды
23.04.2025г.

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет приходящие			Отд./корп					
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	182/205	каша манная молочная	29	30,38	210	10,2	12,8	442,3
			жидкая	39	2,34				
			круп манная	220	18,70				
			Сахар	6	0,52				
	гор.напиток	275/302	масло сливочное	7	8,82				
			какао на гущенном молоке	200	6,11	120	3,5	3,4	19,6
			какао порошок	2	0,33				
			молоко гущенное	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	6,755
	хлеб	4/12.	бутерброд с повидлом	30/40/10	24,01	122	2,4	7,5	36,9
			масло сливочное	10	12,60				
			повидло	40	10,60				
Итого					113,53	585,3	22,2	29	113,555
Обед	закуска	14/22	салат "Из свежих огурцов и помидор"	100	31,85	81	0,7	7,4	2,9
			огурец свежий	50	12,65				
			помидор	47	17,39				
			лук реп.	18	0,90				
			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	29,29	120	18,16	5,3	15,4
			картофель	93,3	6,34				
			круп перловая	5	0,28				
			морковь	12,5	0,79				
			лук реп.	6,6	0,33				
			масло сливочное	5	6,30				
			огурец соленый	26,6	11,17				
			сметана	10	4,09				
	2 блюдо	77/91	рыба припущенная "Минтай"	100	58,31	259,2	3	14,5	2,16
			морковь	4	0,25				
			минтай	246	57,81				
			лук реп.	5	0,25				
	гарнир	131/153	картофельное пюре	180	23,14	168	3,7	6,3	23,4
			картофель	193,5	13,16				
			масло сливочное	6	7,56				
			молоко кипяченое	28,5	2,42				
	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	1,71	61,5	4,7	4,35	0,95
			мука	1,25	0,08				
			лук реп.	1	0,05				
			масло сливочное	1,25	1,58				
Итого					159,46	933,6	36,06	38,65	103,76
Итого за весь день					272,99	1518,9	58,26	67,65	217,315

Основное организованное меню

Утверждено директором
МБОУ Целинной ОШ №15, Н.А.
Делявская

Школа	МБОУ Целинная ОШ №15 1-4 классы 7-11 приходящие			Отд./корп				Дата	23.04.2025
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	182/205	каша манная молочная жидкая	150	21,84	234	7,3	9,2	30,5
			крупа манная	28	1,68				
			молоко	158	13,43				
			Сахар	5	0,43				
	гор.напиток	275/302	масло сливочное	5	6,30				
			какао на сгущенном молоке	200	6,11	120	3,5	3,4	19,6
			какао порошок	2	0,33				
			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
Итого	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				
					101,06	709,3	19,3	25,4	101,75
Обед	закуска	20/28	салат "Из свежих огурцов и помидор"	100	23,06	61	0,7	7,4	2,9
			огурец свежий	30	7,59				
			помидор	38	14,06				
			лук реп.	10	0,50				
			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	29,29	120	18,16	5,3	15,4
			картофель	93,3	6,34				
			крупа перловая	5	0,28				
			морковь	12,5	0,79				
			лук реп.	6,6	0,33				
			масло сливочное	5	6,30				
			огурец соленый	25,6	11,17				
			сметана	10	4,09				
	2 блюдо	77/91	рыба припущенная "Минтай"	90	46,68	226	18,2	10,2	2
			минтай	196	46,06				
			морковь	5	0,32				
			лук реп.	6	0,30				
	соус	227/250	соус белый основной	20	1,71	45,2	3,76	3,48	0,76
			лук реп.	1	0,05				
			масло сливочное	1,25	1,58				
			мука	1,25	0,08				
	гарнир	131/153	картофельное пюре	150	19,30	140	1,8	1,2	0,81
			картофель	161,5	10,93				
			масло сливочное	5	6,30				
			молоко кипяченое	23,75	2,02				
	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
					135,19	826,8	48,13	28,34	67,06
	Итого								
	Итого за весь день				236,25	1536,1	67,43	53,74	168,81

Утверждено:

Директор МБОУ
Целинной ОШИ №15
Н.А. Делярская

Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШИ №15 7-11 лет проживающие			Стд./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	180/5.	21,84	234	7,3	9,2	30,5				
			крупа манная	28	1,68								
			молоко	158	13,43								
			Сахар	5	0,43								
			масло сливочное	5	6,30								
	гор.напиток	275/302	какао на сгущенном молоке	200	4,53		3,5	3,4	19,6				
			какао порошок	2	0,33								
			молоко сгущенное	38	5,78								
	хлеб	4/12.	яйцо вареное	40	4,20								
			бутерброд с повидлом	40-50-10	27,41	222	2,4	7,5	36,9				
Итого					53,78	456	13,2	20,1	87				
	Обед	закуска	20/28	салат "из свежих огурцов и помидор"	60	23,06	81	0,7	7,4	2,9			
				огурец свежий	30	7,59							
				помидор	38	14,06							
				лук реп.	10	0,50							
				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	29,29	120	18,16	5,3	15,4	
картофель						93,3	6,34						
крупа перловая	5	0,28											
морковь	12,5	0,79											
лук реп.	6,6	0,33											
Итого					135,19	848,8	6,13	28,34	67,06				
	Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (яблоко)	180	33,84	33,3	0,3	0,3	6,75			
				сок фруктовый	200	16,6	92	1	0	25,4			
				сладкое	г.п.	приник	50	12,5	200	1,8	6,5	34	
				Итого					62,94	325,3	3,1	6,8	66,15
				Ужин	закуска	18/26	салат из моркови с яблоком	100	13,2893	67	0,9	3,4	8,4
							морковь	80	5,04				
							яблоко	23	4,324				
							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				54,5895	443,7	12,1	9,2	36,8		
		куры	160,5				44,94						
		масло растительное	3,5				0,56						
		лук реп.	10,8	0,54									
		морковь	11,5	0,7245									
Итого					72,1814	713,6	18,9	13,43	94,05				
	Завтрак 2	кисломолочный напиток	г.п.	Кефир	200	19,2	100	5,8	5	8			
				взвешивка с творогом	50	9,839812	136	5,8	3,6	19,4			
				сладкое	252/276								
				мука	32	2,08							
				сахар	3,1	0,2665							
				масло сливочное	2	2,52							
				яйцо	8шт	0,84							
				дрожжи	0,2	0,0052							
				соль	0,4	0,016							
масло растительное				0,2	0,032								
Итого					29,05981	236	11,6	8,6	27,4				
	Итого за весь день					352,13	2579,7	94,93	77,27	341,66			

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 229723484149701461558283897186772312471353484434

Владелец Делявская Наталья Анатольевна

Действителен с 28.11.2024 по 28.11.2025