

Основное организованное меню									
Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 лет проживающие			Отд./кварт	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Принем пищи	Раздел	№ рецеп.	Блюдо	Выход, г					
Завтрак	гор.блюдо	173/196	Каша рисовая вязкая	180/5	31,75	218	5		
			масло сливочное	5	6,30				
			рис	55	7,59				
			молоко	205	17,43				
			сахар	5	0,43				
	напиток	272/299	Кофейный напиток на молоке	200	9,76	109	3,2	2,8	18,5
			кофейный напиток	2	0,40				
			сахар	10	0,86				
			молоко	100	8,50				
			блины с маслом	80	8,16	80,8	2,32	4,08	12,72
	хлеб	231/254	мука	50	3,25				
			сахар	2	0,17				
			соль	1	0,04				
			дрожжи	0,5	0,01				
			масло растительное	5	0,48				
	г.п		яйцо вареное	40	4,20	63	5,08	4,6	0,28
					53,66	470,8	15,6	18,48	60,7
Итого									
Обед	закуска	36/44	Винегрет овощной с фасолью	100	14,86	95,2	4,32	17,9	15,3
			картофель отварной	20	1,36				
			лук реп.	12	0,60				
			масло растительное	8	1,28				
			морковь	8	0,50				
	1 блюдо	60/73	свекла	14	0,70				
			фасоль консервированная	26	2,86				
			огурец соленый	18	7,56				
			суп картофельный с лапшой	200	7,45	83	2,24	2,2	11,24
			картофель	60	4,08				
	2 блюдо	93/107	морковь	8	0,50				
			лук реп.	8	0,40				
			масло растительное	2	0,32				
			лапша	8	2,14				
			Гуляш из отварной курицы	90	49,86	268,2	11,2	17,91	6,3
	гарнир	202/225	Филе курицы	100	45,00				
			морковь	13,5	0,85				
			лук реп.	11,2	0,56				
			мука	3,3	0,21				
			томатная паста	3,3	0,98				
	напиток	276/303	масло растительное	7,8	1,25				
			картофель отварной с маслом	180/4	26,12	151	3,5	3,8	25
			картофель	310	21,08				
			масло сливочное	4	5,04				
			яблочно-лимонный напиток	200	16,12	73	0,3	0,2	25,1
	хлеб бел.	г.п.	яблоко	57	10,72				
			сахар	20	1,72				
			лимон	16	3,68				
			хлеб пшеничный	40	1,56	93,5	3,5	0,5	24,15
			хлеб черн.	40	1,60	74,4	2,3	0,3	14,8
	хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	40	1,60	74,4	2,3	0,3	14,8
					117,56	848,3	27,36	42,61	121,89
Итого									
Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (банан)	100	23,5	96	1,13	0,38	14,25
	напиток	г.п.	сок фруктовый	200	16,6	92	1	0	25,4
	сладкое	г.п.	пряники	50	7,5	200	1,8	6,5	34
Итого					47,6	388	5,93	6,88	73,65
Ужин	Салат	39/47	Салат Студенческий	80/30	12,9235	137	3,8	10,5	6,8
			картофель	62	4,216				
			Морковь	27,5	1,7325				
			зеленый горошек	27	5,4				
			яйцо	15	1,575				
	гарнир	99/113	Биточки мясные с соусом	80/30	44,7713	200	13,8	11,1	11,1
			Биточки	80	41,6				
			соус	12,3	3,1713				
			лук реп.	0,5	0,025				
			томатная паста	3	0,894				
	гор.блюдо	166/189	масло сливочное	1,7	2,142				
			мука	1,3	0,0845				
			сахар	0,03	0,0253				
			Каша перловая рассычная	150	11,245	76,5	4,2	5,7	2,4
			Перловка	67	3,685				
	хлеб бел.	г.п.	масло сливочное	6	7,56				
			хлеб пшеничный	35	1,365	119,09	3,45	1,36	23,36
			хлеб ржаной	35	1,4	74,4	2,3	0,3	14,8
			чай с сахаром	200	1,1936	35	0,1	0,03	9,9
			чай	0,4	0,3336				
	гор. Напиток	269/296	сахар	10	0,66				
					72,6534	641,99	23,85	18,49	61,56
Итого									
завтрак 2	кисломолочный напиток	г.п.	Кефир	200	19,2	100	5,8	5	
	сладкое	г.п.	Печенье сахарное	30	9,9	125,1	2,18	2,85	125,1
Итого					29,1	225,1	7,98	86,66	317,3
Итого за весь день					321,02	2574,19	78,72	173,32	635,5



	Основное организованное меню						Утверждаю Директор МБОУ Целинной ОШИ №15 Н.А. Делявская Подпись 28.04.2015г.			
Школа	МБОУ Целинная ОШИ №15 12-13 лет приходящие			Отд./корп			День			
Прием пищи	Раздел	№ рецеп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	173/196	Каша рисовая вязкая	250	34,35	296	9,7	12,1	54,4	
			масло сливочное	7	8,82					
			рис	55	7,59					
			молоко	205	17,43					
			сахар	6	0,52					
	напиток	г.п	кефир	200	19,20	100	5,8	5	8	
	фрукт	г.п	Фрукт (банан)	200	47,00	179,3	1,13	0,38	14,25	
	02.окт		Бутерброд с маслом	200	6,50	328	6,7	9,6	13,2	
			масло сливочное	5	6,30					
			хлеб пшеничный	40	0,20					
Итого				107,05	903,3	23,33	26,98	89,85		
Обед	закуска	43/51	Винегрет овощной с фасолью	100	4,67	95,2	4,32	17,9	15,03	
			картофель отварной	25	1,70					
			лук реп.	14	0,70					
			масло растительное	10	1,60					
			Фасоль консерв.	30	3,30					
			свекла	18	1,08					
			морковь	10,7	0,67					
	1 блюдо	60/73	суп картофельный с лапшой	250	10,85	110	2,8	2,75	17,8	
			картофель	93	6,32					
			морковь	12,5	0,79					
			лук реп.	11,5	0,58					
			масло растительное	3	0,48					
			лапша	10	2,68					
	2 блюдо	119/135	Гуляш из мяса птицы	100	106,59	323	22,5	19,9	7	
			Филе курицы	220	101,20					
			мука	4	0,26					
			лук реп.	18,7	0,94					
			морковь	22,3	1,40					
			масло растительное	10	1,60					
			томатная паста	4	1,19					
	гарнир	202/169	картофель отварной	180	26,12	151	3,5	3,8	25	
			картофель	310	21,08					
			масло сливочное	4	5,04					
	напиток	276/303	яблочно-лимонный напиток	200	16,12	101	0,3	0,2	2,5	
			яблоко	57	10,72					
			сахар	20	1,72					
			лимон	16	3,68					
	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	
Итого				62,11	948,1	39,22	45,35	106,28		
Итого за весь день				169,15	1851,4	62,55	72,33	196,13		

Основное организованное меню									
Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 приходящие			Отд./корп					
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак	гор.блюдо	173/196	Каша рисовая вязкая	15	24,83	270,8	5,1	15,3	29,3
			масло сливочное	5	6,30				
			рис	40	5,52				
			молоко	148	12,58				
			сахар	5	0,43				
	Фрукт	г.п	фрукт (банан)	190	44,65	70,88	1,13	0,38	14,25
	напиток	г.п	кефир	200	19,20	100	5,8	5	8
			бтерброд с маслом	3	4,95	106	5	3	14,5
			масло сливочное	3	3,78				
			г.п	30	1,17				
Итого					93,63	547,68	17,03	23,68	66,05
Обед	закуска	36/44	Винегрет овощной с фасолью	100	14,56	95,2	4,32	17,9	15,03
			картофель отварной	20	1,36				
			лук реп.	6	0,30				
			масло растительное	8	1,28				
			Фасоль консерв.	24	2,86				
			огурец соленый	18	7,56				
			свекла	14	0,70				
			морковь	8	0,50				
	1 блюдо	60/73	суп картофельный с лапшой	200	7,45	38	2,24	2,2	11,24
			картофель	60	4,08				
			морковь	8	0,50				
			лук реп.	8	0,40				
			масло растительное	2	0,32				
			лапша	8	2,14				
	2 блюдо	119/135	Гуляш из мяса птицы	90	99,29	268,2	11,2	17,91	6,3
			Филе куриное	198	91,08				
			морковь	19,1	1,20				
			мука	3,3	0,21				
			томатная паста	3,3	0,98				
			лук реп.	15,4	0,77				
			масло сливочное	4	5,04				
			картофель отварной	150	26,12	121	3,5	3,8	25
	напиток	276/303	Картофель	310	21,08				
			масло сливочное	4	5,04				
			яблочно-лимонный напиток	200	15,96	78	0,3	0,2	25,1
			яблоко	57	10,72				
			сахар	20	1,72				
			лимон	16	3,52				
			хлеб бел. г.п.	40	1,56	93,5	3,5	0,5	24,15
			хлеб ржаной г.п.	40	1,60	74,4	2,3	0,3	14,8
Итого					166,54	818,3	27,36	42,81	121,62
Итого за весь день					260,17	1365,98	44,39	66,49	187,67



Утверждено

 Директор МБОУ
 Целинная ОШИ №15

 Деливская

 28.04.2025г.

Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШ № 15 12-13 лет проживающие			Отд./корп								
Прием пищи	Раздел	№ рац.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	гор.блюдо	173/196	Каша рисовая вязкая	250	34,35	296	9,7	12	54,4			
			масло сливочное	7	8,82							
			рис	55	7,59							
			молоко	205	17,43							
			сахар	6	0,52							
	гор.напиток	272/299	кофейный напиток на молоке	200	10,04	109	3,2	2,8	18,5			
			молоко	100	8,50							
			кофейный напиток	8	0,68							
			сахар	10	0,86							
			блины с маслом	100	10,79	226	5,4	7,6	33,4			
	хлеб	231/254	мука	50	3,25							
			сахар	2	0,17							
			соль	1	0,04							
			дрожжи	1	0,03							
			масло растительное	3	0,48							
			масло сливочное	5	6,30							
			яйцо вареное	40	0,53							
							55,18	631	18,3	22,4	106,3	
Обед	закуска	43/51	Винегрет овощной с фасолью	100	32,14	95,2	4,32	17,9	15,03			
			картофель отварной	25	1,70							
			лук реп.	14	0,70							
			масло растительное	10	16,00							
			фасоль консервированная	27	2,97							
			морковь	10	0,63							
			свекла	18	0,90							
			огурец соленый	22	9,24							
			1 блюдо	60/73	суп картофельный с лапшой	250	11,17	110	2,8	2,75	17,8	
					картофель	93	6,32					
					морковь	12,5	0,79					
					лук реп.	11,5	0,58					
					масло растительное	3	0,80					
					лапша	10	2,68					
	2 блюдо	93/107	Гуляш из отварной курицы	100	105,88	323	22,5	19,9	7			
			Филе курицы	220	101,20							
			морковь	17	1,07							
			лук реп.	11,2	0,56							
			томатна паста	4	1,19							
			масло растительное	10	1,60							
			мука	4	0,26							
	гарнир	129/151	картофель отварной с маслом	180/7	10,65	207	11,5	6,4	32			
			картофель	310	4,35							
			масло сливочное	5	6,30							
	напиток	276/303	яблочко-лимонный напиток	200	16,12	101	0,3	0,2	2,5			
			яблоко	57	10,72							
			сахар	20	1,72							
			лимон	16	3,68							
			хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	50	1,95	245	7	1,2	50,8	
			хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	40	1,60	74,4	2,3	0,3	14,8	
						179,51	1155,6	50,72	48,65	139,93		
Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (банан)	150	44,65	144	2,3	0,8	31,5			
	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					73,75	436	5,1	7,3	90,9			
	закуска	39/47	Салат Студенческий	100	8,7975	137	3,8	10,5	6,8			
			картофель	45	3,06							
			морковь	27,5	1,7325							
			зеленый горошек консерв.	27	2,43							
			яйцо вареное	15	1,575							
	гарнир	99/113	Биточки мясные с маслом	120/50	55,902	315	21,1	15	14,2			
			Биточки	100	52							
			Соус	5,3	3,902							
			лук реп.	1	0,048							
			томатна паста	5	1,49							
			масло сливочное	0,7	0,882							
			мука	2	0,13							
			морковь	3	0,189							
			сахар	0,5	0,043							
			масло растительное	7	1,12							
	гор.блюдо	166/189	Каша перловая рассыпчатая	200	11,245	240	21,1	15	14,2			
			перловка	67	3,685							
			масло сливочное	6	7,56							
			хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	55	2,145	131	3,8	1,8	25,7	
			хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	40	1,6	74,4	2,3	0,3	14,8	
	гор. Напиток	269/296	чай с сахаром	200	1,1936	35	0,1	0,03	9,9			
			чай	0,4	0,3336							
			сахар	10	0,86							
						72,0856	795,4	48,4	32,13	78,8		
завтрак 2	кисломолочн ый напиток	г.п.	кефир	200	19,2	100	5,8	5	8			
	сладкое	г.п.	Печенье сахарное	40	13,2	166,8	2,9	3,8	166,8			
Итого					32,4	266,8	8,7	8,8	174,6			
Итого за весь день					412,93	3284,8	131,22	119,28	590,73			



**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 229723484149701461558283897186772312471353484434

Владелец Делявская Наталья Анатольевна

Действителен с 28.11.2024 по 28.11.2025