

Основное организованное меню

Утверждаю

Директор МБОУ
Целинной ОШ №15
Н.А. Деляевская

Школа	МБОУ Целинная ОШ №15 7-11 лет проживающие			Отд./кооп	Среды 30.04.2025г						
Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор.блюдо	182/205	каша манная молочная	180/5	21,84	234	7,3	9,2	20,5		
			жидкая								
			крупа манная	28	1,68						
			молоко	158	13,43						
			Сахар	5	0,43						
	гор.блюдо	182/205	масло сливочное	5	6,30						
			какао на гущенном								
			молоке	200	4,53	3,5	3,4	19,6			
			какао порошок	2	0,33						
			молоко гущенное	38	5,78						
гор.напиток	275/302	яйцо вареное	40	4,20							
		г.п.									
		бутерброд с повидлом	40-50-10	27,41	222	2,4	7,5	36,9			
		масло сливочное	10	12,60							
		хлеб пшеничный	40	1,56							
хлеб	4/12	повидло	50	13,25							
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	0,60						
			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	26,6			11,17						
	сметана	10			4,09						
	2 блюдо	77/91	рыба припущенная "Минтай"	90	46,68	224	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	49,2	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	10,98						
			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
Итого				135,19	848,8	48,13	28,34	67,06			
Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (яблоко)	180	33,84	33,3	0,3	0,3	6,75		
	напиток	г.п.	сок фруктовый	200	16,6	92	1	0	25,4		
	сладкое	г.п.	пряники	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	13,2839	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	54,5385	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						
			крупа рисовая	41	5,658						
			масло растительное	9,5	1,52						
			томатна паста	2	0,596						
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,56	93,5	3,5	0,5	24,15		
			хлеб ржаной	40	1,6	74,4	2,3	0,3	14,8		
	гор напиток	268/295	чай с сахаром	200	1,1936	35	0,1	0,03	9,9		
			чай	0,4	0,3336						
			сахар	10	0,86						
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		
			ватушка с творогом	50	9,835812	136	5,8	3,6	19,4		
	сладкое	252/276	мука	32	2,08						
			сахар	3,1	0,2666						
			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						
			ванилин	0,002	0,00012						
			творог	16	4,08						
Итого				29,08381	236	11,6	8,6	27,4			
Итого за весь день					553,13	2579,7	94,93	77,27	341,66		

Основное организованное меню



Школа	МБОУ Целинная ОШ № 15 1-4 классы 7-11 приходящие			Отд./корп				Средн		
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					
			масло сливочное	5	6,30					
	гор.напиток	275/302	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	
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					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	26,6	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	10,98					
			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	
	Итого					135,19	826,8	48,13	28,34	67,06
	Итого за весь день					236,25	1536,1	67,43	53,74	168,81

Основное организованное меню

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

Школа	МБОУ Целинная ОШ № 15 12-18 лет приходящие			Отд./корп				День	Среда
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	42,3
			жидкая	39	2,34				
			крупа манная	220	18,70				
			молоко	6	0,52				
			Сахар	7	8,82				
			масло сливочное	200	6,11	120	3,5	3,4	19,6
	гор.напиток	275/302	какао на сгущенном молоке	2	0,33				
			какао порошок	38	5,78				
			молоко сгущенное	200	19,20	100	5,8	5	8
	напиток	г.п.	кефир	180	33,84	33,3	0,3	0,3	6,755
Обед	Фрукт	г.п.	фрукт (Яблоко)	30/40/10	24,01	122	2,4	7,5	36,9
	хлеб	4/12.	бутерброд с повидлом	10	12,60				
			масло сливочное	40	10,60				
			повидло						
	Итого				113,53	585,3	22,2	29	113,555
	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				
			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	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

Утверждаю: _____

МБОУ Целинная ОШ № 15

Делегация

Среда

30.04.2025г.

Школа			МБОУ Целинная ОШ № 15 12-18 лет проживающие		Отд./корп				Среды 30.04.2025г.		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор.блюдо	182/205	каша манная молочная жидкая	250	30,38	325	10,2	12,8	42,3		
			круп манная	39	2,34						
			молоко	220	18,70						
			Сахар	6	0,52						
			масло сливочное	7	8,82						
	гор.напиток	275/302	какао на сгущенном молоке	200	6,11	120	3,5	3,4	19,6		
			какао порошок	2	0,33						
			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					56,55	794	17,8	28,8	117,5		
Обед	закуска	20/28	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	0,008						
			сахар	1	0,09						
			соль	0,3	0,01						
			рассольник								
			Ленинградский	250/10	29,29	120	18,16	5,3	15,4		
	1 блюдо	56/69	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						
			рыба припущенная "Минтай"	100	58,31	259,2	3	14,5	2,16		
			морковь	4	0,25						
			минтай	246	57,81						
	гарнир	131/153	лук реп.	5	0,25						
			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.	40	1,56	93,5	3,5	0,5	24,15		
			хлеб черн.	40	1,60	74,4	2,3	0,3	14,8		
			соус	227/250	1,71	49,2	3,76	3,48	0,76		
			мука	1,25	0,08						
			лук реп.	1	0,05						
			масло сливочное	1,25	1,58						
Итого					159,46	921,3	35,12	37,78	103,57		
Полдник			фрукты	г.п.	фрукт свежий (яблоко)	180	33,84	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					62,94	325,3	3,1	6,8	66,15		
Ужин	закуска	18/26	салат из моркови с яблоком	100	10,0893	67	0,9	3,4	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						
			соль	0,3	0,012						
			плов с мясом птицы	200	65,3154	522	21	27	44,2		
			куры	196,5	55,02						
			лук реп.	12,5	0,625						
	гор.блюдо	123/145	морковь	13	0,819						
			круп рисовая	47	6,436						
			масло растительное	10,5	1,63						
			томатная паста	2,3	0,6854						
			хлеб бел.	40	1,56	93,5	3,5	0,5	24,15		
			хлеб черн.	40	1,6	74,4	2,3	0,3	14,8		
			гор напиток	268/295	1,1936	114,8	0,1	0,03	30,1		
			чай с сахаром	200/20	0,3336						
			чай	0,4	0,0336						
			сахар	10	0,86						
Итого					79,7583	871,7	27,8	31,23	121,65		
завтрак 2	кисломолочный напиток	252/276	кефир	200	19,2	100	5,8	5	8		
			ватушина с творогом	50	7,970012	136	5,8	3,6	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						
			Итого за весь день					285,88	3148,3	95,42	113,21

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 229723484149701461558283897186772312471353484434

Владелец Делявская Наталья Анатольевна

Действителен с 28.11.2024 по 28.11.2025