

Основное организованное меню

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

Школа	МБОУ Целинная ОШИ №15 7-11 лет проживающие		Отд./корп				День	Суббота 17.05.2025г.	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	213/236	Залеканка из творога	100,0	35,54	197,3	12,3	13,2	23,4
			творог	94	23,97				
			манка	6	0,36				
			сахар	6	0,52				
			яйцо	1/10шт	1,05				
			сухари панировочные	4	0,84				
			сметана	4	1,63				
			масло сливочное	4	5,04				
			молоко гущенное	14	2,13				
	гор. Блюдо	75/89	Суп молочный с макаронами	200	14,52	82	4,4	4,1	15,9
			макаронны	20	1,20				
			молоко	125	10,63				
			сахар	2	0,17				
	гор. напиток	272/299	кофейный напиток на молоке	200	18,13	94	2,9	2,8	14,9
			молоко	100	8,50				
			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					65,62	479,3	24,6	23,1	68,7
Обед	закуска	40/48	Винегрет овощной	100	17,81	55	1,3	2,3	7,3
			свекла	19	0,95				
			морковь	12,5	0,79				
			картофель	27,5	1,87				
			огурец соленый	27,5	11,55				
			Капуста белокачанная	20	1,32				
			лук реп.	17,5	0,88				
			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	12,59	98,3	2,1	7	10,1
			Капуста белокачанная	64	4,22				
			картофель	39	2,65				
			морковь	12	0,76				
			лук реп.	11,5	0,58				
			масло растительное	5	0,30				
	2 блюдо	76/90	Рыба отварная "Горбуша"с соусом польским	120	119,98	183	12	9,5	1,7
			горбуша	214	106,14				
			морковь	5	0,32				
			лук реп.	6	0,26				
			масло сливочное	10	12,60				
			кислота лимонная	0,2	0,003				
			мука	2	0,13				
			яйцо	5шт	0,53				
	гарнир	202/225	Макаронны отварные	100	10,14	235	6,6	5	40
			макаронны	64	3,84				
			масло сливочное	5	6,30				
	напиток	278/305	чай с сахаром	200	1,19	35	0,1	0,03	9,9
			чай	0,4	0,33				
			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					165,46	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	12,2475	82	0,9	5,1	8,3
			свекла	65	3,25				
			яблоко	43	8,084				
			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
			Картофельное пюре	150	19,30075	140	1,8	1,2	0,81
	гарнир	131/153	картофель	161,5	10,982				
			молоко	23,75	2,01875				
			масло сливочное	5	6,3				
			хлеб пшеничный	40	1,56	93,5	3,5	0,5	24,15
	хлеб бел.	г.п.	чай с молоком	200	5,4436	69	1,6	1,8	12,4
			чай	0,4	0,3336				
			молоко	50	4,25				
			сахар	10	0,86				
Итого					79,50185	539,3	16,8	19,4	51,06
завтрак 2	кисломолочн ый 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					423,62	2330	81,46	78,24	283,88

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

Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШН № 15 12-18 лет проживающие			Отд./корп				День	Суббота 17.05.2025г.
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	213/236	Запеканка из творога	7,5	16,82	430,8	25,5	19,8	35,08
			творог	141	35,96				
			манка	10	0,60				
			сахар	10	0,86				
			яйцо	1/10шт	1,05				
			сухари панировочные	6	1,26				
			сметана	6	2,45				
			масло сливочное	6	7,56				
			молоко сгущенное	20	3,04				
			гор. Блюдо	75/89	Суп молочный с макаронами	200	29,82	119	4,4
			макароны	20	1,20				
			молоко	125	1,70				
			сахар	2	1,72				
			масло сливочное	2	25,20				
	гор. напиток	272/299	кофейный напиток на молоке	200	10,04	94	2,9	2,8	14,9
		молоко	100	8,50					
		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				50,37	749,8	33,4	25,6	64,48	
Обед	закуска	40/48	Винегрет овощной	100	17,81	55	1,3	2,3	7,3
			свекла	19	0,95				
			морковь	12,5	0,79				
			картофель	27,5	1,87				
			огурец соленый	27,5	11,55				
			Капуста белокачанная	20	1,32				
			лук реп.	17,5	0,88				
			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	15,65	112	2,1	7	10,1
			Капуста белокачанная	76	5,02				
			картофель	46	3,13				
			морковь	15	0,95				
			лук реп.	14	0,70				
			масло растительное	6	0,96				
			сметана	12	4,90				
	2 блюдо	76/90	Рыба отварная "Горбуша"с соусом польским	120	97,86	172	23	9,5	1,7
			горбуша	252	124,99				
			морковь	5	0,32				
			лук реп.	6	0,30				
			соус польский	50	13,26				
			масло сливочное	10	12,60				
			кислота лимонная	0,2	0,0030				
			мука	2	0,13				
			яйцо	5шт	0,53				
	гарнир	292/225	Макароны отварные	180	10,14	235	6,6	5	40
			макароны	64	3,84				
			масло сливочное	5	6,30				
	напиток	278/305	чай с сахаром	200	1,19	35	0,1	0,03	9,9
			чай	0,4	0,33				
			сахар	10	0,86				
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	55	2,15	131	3,8	1,5	25,7
			хлеб ржаной	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
Итого				146,40	814,4	39,2	25,63	109,5	
Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (апельсин)	200	52	108	2,7	0,56	2,24
		г.п.	сок фруктовый	200	16,6	92	1	0	25,4
		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	12,2475	82	0,9	5,1	8,3
			свекла	65	3,25				
			яблоко	43	8,084				
			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	23,1405	215	4,7	8,1	29,9
			картофель	193,5	13,158				
			молоко	28,5	2,4225				
			масло сливочное	6	7,56				
хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,4	93,5	3,5	0,5	24,15	
		чай с молоком	200	5,4436	69	1,6	1,8	12,4	
		269/296	чай	0,4	0,3336				
			молоко	50	4,25				
			сахар	10	0,86				
Итого				87,7316	797,8	24,9	38,3	97,65	
завтрак 2	кисло-молочный напиток	г.п.	кефир	200	19,2	100	5,8	8	
		гор. Напиток	278/305	200	20,9936	35	0,1	0,03	9,9
			чай	0,4	0,3336				
			сахар	10	0,86				
		сладкое	г.п.	Печенье	60	19,8	134	3,6	10,2
Итого				40,1936	269	9,5	15,23	59,5	
Итого за весь день					408,58	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