

Основное организованное меню

Утверждено
директор МБОУ Целинной ОШ №15
Н.А. Делявская

Школа	МБОУ Целинная ОШ № 15 7-11 лет проживающие			Отд./корп				День	Воскресенье 18.05.2025г.		
Прием пищи	Раздел	№ реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор.блюдо	73/86	Суп молочный с крупой рисовой	250	15,54	224	5,5	5,2	13,25		
			молоко	125	10,63						
			масло сливочное	1,6	2,02						
			сахар	1,6	0,14						
			рис	20	2,76						
	гор.напиток	274/301	какао с молоком	200	9,69	94	2,9	2,8	14,9		
			какао порошок	2	0,33						
			сахар	10	0,86						
			молоко	100	8,50						
	хлеб	2/10	бутерброд с маслом и сыром	40/15/10	33,06	110	6,7	9,6	13,2		
			хлеб	40	1,56						
			масло сливочное	10	12,60						
			сыр	15	14,70						
	закуска	г.п.	яйцо	40/1шт	4,20	63	5,08	4,6	0,28		
Итого				62,49	491	20,18	22,2	41,63			
Обед	закуска	21/29	салат "Витаминный"	100	13,21	91	1,5	4,6	11		
			Капуста белокачанная	84	5,54						
			морковь	32	1,92						
			яблоко	24	4,51						
			сахар	5	0,43						
			масло растительное	5	0,80						
	1 блюдо	56/68	Свекольник	250	14,51	113,3	2	5,1	14,8		
			картофель	53	3,60						
			свекла	82	4,10						
			морковь	12	0,76						
			лук реп.	13	0,65						
			масло растительное	5	0,80						
			томатная паста	1,25	0,37						
			сахар	1,6	0,14						
			сметана	10	4,09						
			2 блюдо	95/109	Печень по-строгановски	80/40	44,54	233	10,1	15,3	3
			печень	143	37,47						
			масло растительное	10	1,60						
			сметана	10	4,09						
			мука	3	0,20						
			томатная паста	4	1,19						
	гарнир	165/188	каша гречневая рассыпчатая	180	11,46	267,8	12,6	7,8	52,1		
			крупа гречневая	86	5,16						
			масло сливочное	5	6,30						
	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 бел.	40	1,60	74,4	2,3	0,3	14,8		
			хлеб черн.	40	1,60	74,4	2,3	0,3	14,8		
Итого				98,87	949	32	33,6	139,85			
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.	Печенье	40	13,2	89,3	3,6	10,2	41,6		
Итого				63,64	214,6	4,9	10,5	73,75			
Ужин	закуска	39/47	Салат Студенческий	100	9,505	137	3,8	10,5	6,8		
			картофель	45	3,06						
			морковь	25	1,575						
			горошек консерв.	27	2,43						
			яйцо	8шт	0,84						
			масло растительное	10	1,6						
	2 блюдо	104/118	фрикадельки из кур	100	45,5	207	14	12,2	10,1		
			гарнир	131/153	Каша рисовая рассыпчатая	180	13,114	241	4,4	4,3	25,3
			рис	53	7,314						
			масло сливочное	5	5,8						
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,56	93,5	3,5	0,5	24,15		
			хлеб пшеничный	40	1,56	93,5	3,5	0,5	24,15		
	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						
			сахар	10	0,86						
Итого				70,8726	713,5	25,8	27,53	76,25			
завтрак 2	кисломолочный напиток	г.п.	Кефир	200	19,2	100	5,8	5	8		
			гор.напиток	268/295	чай с сахаром	200	1,1936	35	0,1	0,03	9,9
			чай	0,4	0,3336						
	сладкое	260/285	сахар	10	0,86						
			Булочка слоеная	50	9,0279	159	3,9	4,3	26		
			мука	30	1,95						
			дрожжи	0,4	0,0104						
			соль	0,3	0,012						
			сахар	8	0,688						
			масло сливочное	4,5	5,67						
			яйцо	3шт	0,315						
			молоко	4,5	0,3825						
Итого				29,4215	294	9,8	9,33	43,9			
Итого за весь день					325,29	2662,1	92,68	103,16	375,38		

Основное организованное меню

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

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет проживающие			Отд./корп				День	Воскресенье 18.05.2025г.		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор.блюдо	75/89	Суп молочный с крупой рисовой	250	15,54	224	5,5	5,2	13,25		
			молоко	125	10,63						
			масло сливочное	1,6	2,02						
			сахар	1,6	0,14						
			рис	20	2,76						
	гор.напиток	274/301	какао с молоком	200	9,69	94	2,9	2,8	14,9		
			какао порошок	2	0,33						
			сахар	10	0,86						
			молоко	100	8,50						
	хлеб	2/10.	бутерброд с маслом и сыром	40/15/10	28,86	328	6,7	9,6	13,2		
			хлеб	40	1,56	93,5	3,5	1,2	24,15		
			масло сливочное	10	12,60						
		сыр	15	14,70							
		закуска	г.п.	40/1шт	4,20	63	5,08	4,6	0,28		
Итого					58,29	802,5	23,68	23,4	65,78		
Обед	закуска	21/29	салат "Витаминный"	100	53,91	91	1,5	4,6	11		
			Капуста белокачанная	84	5,54						
			морковь	32	2,02						
			яблоко	24	45,12						
			сахар	5	0,43						
			масло растительное	5	0,80						
			1 блюдо	56/68	Свекольник	250	14,51	113,3	2	5,1	14,8
			картофель		53	3,60					
			свекла		82	4,10					
			морковь		12	0,76					
	лук реп.	13	0,65								
			масло растительное	5	0,80						
			томатна паста	1,25	0,37						
			сахар	1,6	0,14						
			сметана	10	4,09						
			2 блюдо	95/109	Печень по-строгановски	120/50.	63,84	109	23,5	19,8	3,4
			печень		214	56,07					
			масло растительное		15	2,40					
			сметана		12,5	5,11					
			мука		4	0,26					
			гарнир	165/188	соус	50	1,19				
	томатна паста	4			1,19						
	каша гречневая рассыпчатая	200			13,26	214,2	14	8,7	57,9		
		крупя гречневая	95	5,70							
		масло сливочное	6	7,56							
		напиток	291/318	кисель плодово - ягодный	200	12,00	76	0	0	20	
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	
Итого					161,06	922,9	50,3	39,7	172,7		
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.	Печенье	40	13,2	166,3	2,9	3,8	166,8		
Итого					63,64	291,6	4,2	4,1	198,95		
Ужин	закуска	39/47	Салат Студенческий	100	9,505	137	3,8	10,5	6,8		
			картофель	45	3,06						
			морковь	25	1,575						
			горохе консерв.	27	2,43						
			яйцо	8шт	0,84						
			масло растительное	10	1,6						
			2 блюдо	104/118	фрикадельки из кур	100	44	207	14	12,2	10,1
			гарнир		131/153	Каша рисовая рассыпчатая	180	15,132	241	4,4	25,3
					рис	64	8,832				
					масло сливочное	5	6,3				
	хлеб бел.	г.п.			хлеб пшеничный	40	1,56	93,5	3,5	0,5	24,15
	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				71,3906	713,5	25,8	27,53	76,25
завтрак 2			кисломолочный напиток	г.п.	кефир	200	19,2	100	5,8	5	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						
			сладкое	260/285	Булочка сдобная	50	9,0199	159	3,9	4,3	26
			мука		30	1,95					
			дрожжи		0,4	0,0104					
			соль		0,3	0,012					
			сахар		8	0,68					
			масло сливочное		4,5	5,67					
яйцо	3шт	0,315									
молоко	4,5	0,3825									
Итого					29,4135	259	9,8	9,3	43,9		
Итого за весь день					383,79	2989,5	113,78	104,03	557,58		

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 229723484149701461558283897186772312471353484434

Владелец Делявская Наталья Анатольевна

Действителен с 28.11.2024 по 28.11.2025