

Основное организованное меню

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

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет проживающие			Отд./корп			День	Четверг 22.03.2029г.		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	185/208	каша пшениная молочная жидкая	250/10.	27,73	351,9	17,3	11	39,9	
			крупа пшено	50	3,90					
			молоко	126	10,71					
			Сахар	6	0,52					
			масло сливочное	10	12,60					
	гор.напиток	274/301	какао с молоком	200	17,76	88	3,3	2,5	13,7	
			какао порошок	4	0,66					
			молоко	100	8,50					
	хлеб	1/9.	Сахар	10	8,60					
			бутерброд с маслом	70/20.	27,93	313	5,4	17	34	
			хлеб	70	2,73					
			масло сливочное	20	25,20					
Итого					73,42	752,9	26	30,5	87,6	
Обед	закуска	36/44	Салат картофельный с зеленым горошком	100	11,06	144	3,3	5,4	10,8	
			яйцо	10	1,05					
			картофель	86	5,85					
			масло растительное	8	1,28					
			горошек консер.	27	2,43					
			лук реп.	9	0,45					
	1 блюдо	63/72	суп картофельный с бобовыми и гренками	250	14,88	111,7	2,6	2,5	18,8	
			картофель	62,5	4,25					
			лук реп.	12	0,60					
			морковь	16	1,01					
			масло сливочное	5	6,30					
			горох	20	1,20					
			хлеб пшеничный	39	1,52					
	2 блюдо	115/131	рагу овощное с мясом	250	78,10	523	21,4	28,4	23,5	
			мука	3	0,20					
			картофель	98	6,66					
			Капуста белокачанная	76	5,02					
			лук реп.	35	1,75					
			морковь	63	3,97					
			масло растительное	8	1,28					
			томатна паста	6	1,79					
			Филе курицы	122	56,12					
			масло сливочное	1	1,26					
			сахар	0,7	0,06					
	напиток	276/303	яблочно-лимонный напиток	200	16,12	101	0,3	0,2	2,5	
			яблоко	57	10,72					
			лимон	16	3,68					
			Сахар	20	1,72					
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				123,32	1047,6	33,4	37,3	94,55		
Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (Груша)	200	44	34,13	0,3	0,23	7,35	
	напиток	г.п.	сок фруктовый	200	16,6	92	1	0	25,4	
	сладкое	г.п.	мармелад	50	16	321	0,1	0	79,4	
Итого					76,6	447,13	1,4	0,23	112,15	
Ужин	закуска	44/98	салат из свежих овощей с су	100	20,8916	153,5	2	6,14	22,54	
			морковь	48,6	3,0618					
			Капуста белокачанная	31,3	2,0658					
			курага	9,5	5,605					
			чернослив	15,3	9,027					
			Сахар	2	0,172					
			масло растительное	6	0,96					
	2 блюдо	124/146	фрикадельки из кур	100	45,5	245	12,5	15,7	11,1	
			каша рассыпчатая из гречне	200	13,26	214,2	14	8,7	57,9	
	гарнир	165/188	крупа гречневая	95	5,7					
			масло сливочное	6	7,56					
			хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,56	93,5	3,5	0,5
	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				82,4052	741,2	32,1	31,07
	завтрак 2	кисломолочн ый напиток	г.п.	кефир	200	19,2	100	5,8	5	8
		гор. Напиток	168/295	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.	баранка	50	16	149	1,99	2,7	26,3	
Итого					36,4	284	7,89	7,73	44,2	
Итого за весь день					392,14	3272,83	100,79	106,83	454,19	

Основное организованное меню

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

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 лет проживающие			Отд./корп				День	Четверг 22.05.2025г.	
Прием пищи	Раздел	№ рецеп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор. блюдо	185/208	каша пшенная молочная яичная	180/5	18,52	249,6	3,84	4,8	19,2	
			крупа пшено	40	3,12					
			молоко	101	8,59					
			Сахар	6	0,52					
			масло сливочное	5	6,30					
	гор. напиток	274/301	какао с молоком	200	9,69	88	3,3	2,5	13,7	
			какао порошок	2	0,33					
			молоко	100	8,50					
			Сахар	10	0,86					
	хлеб	1/9	бутерброд с маслом	5	20,66	237,6	2,77	5,8	23,2	
			хлеб	45	1,76					
			масло сливочное	15	18,90					
			Гренки с сыром	50-5-15	22,95					
			сыр	15	14,70					
			масло сливочное	5	6,30					
хлеб			50	1,95						
Итого				71,82	575,2	9,91	13,1	56,1		
Обед	закуска	36/44	Салат картофельный с зеленым горошком	100	8,11	95,2	4,32	17,9	15,03	
			лук реп.	7	0,35					
			картофель	70	4,76					
			горошек консерв.	24	2,16					
			масло растительное	8	1,28					
			яйцо	8	0,84					
	1 блюдо	63/72	суп картофельный с бобовыми и гренками	250	14,88	11,7	2,6	2,5	18,8	
			картофель	62,5	4,25					
			лук реп.	12	0,60					
			морковь	16	1,01					
			масло сливочное	5	6,30					
			горох	20	1,20					
	2 блюдо	115/131	хлеб пшеничный	39	1,52					
			рагу овощное с мясом	200	62,00	355,2	12,3	9	18	
			Филе куриной грудки	97	44,62					
			мука	2	0,13					
			картофель	79	5,37					
			Капуста белокачанная	61	4,03					
			лук реп.	28	1,40					
			морковь	51	3,21					
			масло растительное	6	0,96					
			томатна паста	4,5	1,34					
			масло сливочное	0,7	0,88					
			сахар	0,6	0,05					
	напиток	276/303	яблочно-лимонный напиток	200	16,12	101	0,3	0,2	25,1	
			яблоко	57	10,72					
			лимон	16	3,68					
			Сахар	20	1,72					
			хлеб бел.	г.п.	40	1,56	93,5	3,5	0,5	24,15
			хлеб черн.	г.п.	40	1,60	74,4	2,3	0,3	14,8
Итого				104,26	731	25,32	30,4	115,88		
Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (Груша)	200	44	34,13	0,3	0,23	7,35	
	напиток	г.п.	сок фруктовый	200	16,6	92	1	0	25,4	
	сладкое	г.п.	мармелад	35	11,2	112	0,04	1,1	4,4	
Итого				71,8	126,13	1,34	1,33	37,15		
Ужин	закуска	44/98	салат из свежих овощей с сух.	80	20,8916	122,8	1,1	3,9	15,6	
			морковь	48,6	3,0618					
			Капуста белокачанная	31,3	2,0658					
			курага	9,5	5,605					
			чернослив	15,3	9,027					
			Сахар	2	0,172					
	2 блюдо	124/146	масло растительное	6	0,96					
			фрикадельки из кур	90	40,95	189,9	18	12,9	0,5	
	гарнир	165/188	каша рассыпчатая из гречнев.	180	11,46	267,8	12,6	7,8	52,1	
			крупа гречневая	86	5,16					
	хлеб бел.	г.п.	масло сливочное	5	6,3					
			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						76,0552	709	35,3	25,13	102,25
завтрак 2	кисломолочный напиток	г.п.	Кефир	200	19,2	100	5,8	5	8	
	гор напиток	268/295	чай с сахаром	200	1,2	35	0,1	0,03	9,9	
			чай	0,4	0,34					
			Сахар	10	0,86					
	сладкое	г.п.	баранка	35	11,2	104,3	1,23	1,2	4,8	
Итого				31,6	239,3	7,13	6,23	22,7		

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

Основное организованное меню

Основное организационное меню							Деляевская	Четверг		
Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 приходящие			Отд./корп			День	22.05.2025г		
Прием пищи	Раздел	№ реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	185/208	каша пшеничная молочная жидкая	150	18,52	249,6	3,84	4,8	19,2	
			крупа пшено	40	3,12					
			молоко	101	8,59					
			Сахар	6	0,52					
	гор.напиток	274/301	масло сливочное	5	6,30					
			какао с молоком	200	9,69	88	3,3	2,5	13,7	
			какао порошок	2	0,33					
			молоко	100	8,50					
	напиток	г.п.	Сахар	10	0,86					
			кефир	200	19,20	100	5,8	5	8	
			фрукт (Груша)	200	44,00	34,13	0,3	0,23	7,35	
			бутерброд с маслом	5	20,48	237,6	2,77	5,8	23,2	
	хлеб	1/9	хлеб	45	1,58					
			масло сливочное	15	18,90					
					111,89	709,33	16,01	18,33	71,45	
Итого										
Обед	закуска	36/44	Салат картофельный с зеленым горошком	100	9,39	95,2	4,32	9,2	15,03	
			Яйцо	8	0,84					
			лук реп.	7	0,35					
			картофель	70	4,76					
			горошек зеленый консерв.	24	2,16					
			масло растительное	8	1,28					
	1 блюдо	63/72	суп картофельный с бобовыми и гречками	250	14,88	11,7	2,6	2,5	18,8	
			картофель	62,5	4,25					
			лук реп.	12	0,60					
			морковь	16	1,01					
			масло сливочное	5	6,30					
			горех	20	1,20					
			хлеб пшеничный	39	1,52					
			рагу овощное с мясом	150	62,00	355,2	12,3	9	18	
	2 блюдо	115/131	Филе куринной грудки	97	44,62					
			мука	2	0,13					
			картофель	79	5,37					
			Капуста белокачанная	61	4,03					
			лук реп.	28	1,40					
			морковь	51	3,21					
			масло растительное	6	0,96					
			томатна паста	4,5	1,34					
			масло сливочное	0,7	0,88					
			сахар	0,6	0,05					
	напиток	276/303	яблочно-лимонный напиток	200	16,12	101	0,3	0,2	25,1	
			яблоко	57	10,72					
			лимон	16	3,68					
			Сахар	20	1,72					
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,56	93,5	3,5	0,5	24,15	
			хлеб ржаной	40	1,60	74,4	2,3	0,3	14,8	
				105,54	731	25,32	21,7	115,88		
Итого					217,43	1440,33	41,33	40,03	187,33	
Итого за весь день										

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

Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 приходящие			Отд./корп				День	Четверг
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	185/208	каша пшенная молочная жидкая	200	20,05	189	7,3	11	44
			крупа пшено	50	3,90				
			молоко	126	10,71				
			Сахар	6	0,52				
			масло сливочное	7	8,82				
	гор.напиток	274/301	какао с молоком	200	10,02	88	3,3	2,5	13,7
			какао порошок	4	0,66				
			молоко	100	8,50				
			Сахар	10	0,86				
	напиток	г.п.	кефир	200	19,20	100	5,8	5	8
	Фрукт	г.п.	фрукт (Груша)	200	44,00	34,13	0,3	0,23	7,35
	хлеб	1/9.	бутерброд с маслом	50/20.	27,15	165	4	16,7	23,8
			хлеб	50	1,95				
			масло сливочное	20	25,20				
Итого					120,42	576,13	20,7	35,43	96,85
Обед	закуска	36/44	Салат картофельный с зеленым горошком	100	11,28	98	3,3	5,4	10,8
			яйцо	10	1,05				
			лук реп.	7	0,35				
			картофель	86	5,85				
			горошек зеленый консерв.	27	2,43				
			масло растительное	10	1,60				
			суп картофельный с бобовыми и гречками	250	14,88	111,7	2,6	2,5	18,8
	1 блюдо	63/72	картофель	62,5	4,25				
			лук реп.	12	0,60				
			морковь	16	1,01				
			масло сливочное	5	6,30				
			горох	20	1,20				
			хлеб пшеничный	39	1,52				
			рагу овощное с мясом	200	78,10	144	4,8	6,2	15,8
			мука	3	0,20				
			картофель	98	6,66				
			Капуста белокачанная	76	5,02				
			лук реп.	35	1,75				
			морковь	63	3,97				
			масло растительное	8	1,28				
			томатна паста	6	1,79				
			филе курицы	122	56,12				
			масло сливочное	1	1,26				
			сахар	0,7	0,06				
	напиток	276/303	яблочно-лимонный напиток	200	16,12	101	0,3	0,2	2,5
			яблоко	57	10,72				
			лимон	16	3,68				
			Сахар	20	1,72				
	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					123,54	622,6	16,8	15,1	86,85
Итого за весь день					243,95	1198,73	37,5	50,53	183,7

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 229723484149701461558283897186772312471353484434

Владелец Делявская Наталья Анатольевна

Действителен с 28.11.2024 по 28.11.2025