

Основное организованное меню

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

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 лет проживающие				Отд./корп			Целинный ОШИ №15 Н.А. Делянская	Суббота 24.05.2025г.	
Прием пищи	Раздел	№ реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор. блюдо	213/236	Запеканка 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 сгущенное	14	2,13				
	гор. Блюдо	75/89	Суп молочный с макаронами	200	14,52	82	4,4	4,1	15,9	
			макароны	20	1,20					
			молоко	125	10,63					
			сахар	2	0,17					
			масло сливочное	2	2,52					
	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					
			сметана	10	4,09					
	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	Макароны отварные	100	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	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	
			картофель	161,5	10,982					
			молоко	23,75	2,01875					
			масло сливочное	5	6,3					
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,56	93,5	3,5	0,5	24,15	
			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	кисломолочный 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.
Делявская

Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет проживающие			Отд./корп			Дневная				
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Суббота 24.05.2025г. 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 густенное	20	3,04						
			гор. Блюдо	75/89	Суп молочный с макаронами	200	29,82	119	4,4	4,1	15,9
			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							
	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						
			Щи из свеж. Капусты с картофелем	300	15,65	112	2,1	7	10,1		
			Капуста белокачанная	76	5,02						
			1 блюдо	52/64	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				
	гарнир	292/225	масло сливочное	10	12,60						
			кислота лимонная	0,2	0,0030						
			мука	2	0,13						
			яйцо	5шт	0,53						
			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 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
			напиток	г.п.	сок фруктовый	200	16,6	92	1	0	25,4
			сладкое	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		
			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	кисломолочный напиток	г.п.	кефир	200	19,2	100	5,8	5	8		
			гор. Напиток	278/305	чай с сахаром	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	41,6		
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