

Основное организованное меню

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

Школа	МБОУ Целинная ОШ № 15 7-11 лет проживающие			Отд./корп			День	Воскресенье 25.05.2025г.			
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор. блюдо	73/86	Суп молочный с крупной 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						
	хлеб	2/10.	молоко	100	8,50						
			бутерброд с маслом и сыром	40/15/10	33,06	110	6,7	9,6	13,2		
			хлеб	40	1,56						
	закуска	г.п.	масло сливочное	10	12,60						
сыр			15	14,70							
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						
	1 блюдо	56/68	масло растительное	5	0,80						
			Свекольник	250	14,51	113,3	2	5,1	14,8		
			картофель	53	3,60						
			свекла	82	4,10						
			морковь	12	0,76						
	2 блюдо	95/109	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						
	гарнир	165/188	сметана	10	1,60						
			мука	3	0,20						
			томатная паста	4	1,19						
			каша гречневая рассыпчатая	180	11,46	267,8	12,6	7,8	52,1		
			крупя гречневая	86	5,16						
	напиток	291/318	масло сливочное	5	6,30						
			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		
			хлеб ржаной	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						
			горошке консерв.	27	2,43						
			яйцо	8шт	0,84						
	2 блюдо	104/118	масло растительное	10	1,6						
			фрикадельки из кур	100	45,5	207	14	12,2	10,1		
			гарнир	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	200	1,1936	35	0,1	0,03	9,9		
			чай	0,4	0,3336						
			чай	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						
сахар				10	0,86						
сахар				10	0,86						
сладкое		,260/285	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						
хлеб бел.		г.п.	масло сливочное	4,5	5,67						
			хлеб пшеничный	3шт	0,315						
			яйцо	4,5	0,3825						
			молоко	4,5	0,3825						
			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 ОШ №15
Н.А. Дедявская

Школа	МБОУ Целинная ОШ № 15 12-18 лет проживающие			Отд./корп				День	Воскресенье 25.05.2025г.
Прием пищи	Раздел	№ реп.	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.	яйцо	40/1 шт	4,20	63	5,08	4,6	0,28
					58,29	802,5	23,68	23,4	65,78
Итого									
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				
			соус	50	1,19				
	гарнир	165/188	каша гречневая рассыпчатая	200	13,26	214,2	14	8,7	57,9
			крупка 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				
			гороше 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	4,3	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