

Основное организованное меню

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

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 лет проживающие			Отд./корп				День	Воскресенье 07.09.2025г		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор.блюдо	73/86	Суп молочный с крупой рисовой	250	17,47	224	5,5	5,2	13,25		
			молоко	125	12,25						
			масло сливочное	1,6	2,08						
			сахар	1,6	0,14						
			рис	20	3,00						
	гор.напиток	274/301	какао с молоком	200	10,99	94	2,9	2,8	14,9		
			какао порошок	2	0,33						
			сахар	10	0,86						
	хлеб	2/10	молоко	100	9,80						
			бутерброд с маслом и сыром	40/15/10	32,86	110	6,7	9,6	13,2		
			хлеб	40	1,56						
	закуска	г.п.	масло сливочное	10	13,00						
			сыр	15	14,70						
			яйцо	40/1шт	3,60	63	5,08	4,6	0,28		
	Итого				64,92	491	20,18	22,2	41,63		
Обед	закуска	21/29	салат "Витаминный"	100	15,22	91	1,5	4,6	11		
			Капуста белокачанная	84	6,55						
			морковь	32	1,92						
			яблоко	24	5,52						
			сахар	5	0,43						
			масло растительное	5	0,80						
	1 блюдо	56/68	Свекольник	250	14,91	113,3	2	5,1	14,8		
			картофель	53	3,60						
			свекла	82	4,10						
			морковь	12	0,76						
			лук реп.	13	0,91						
			масло растительное	5	0,80						
			томатна паста	1,25	0,37						
			сахар	1,6	0,14						
			сметана	10	4,23						
			2 блюдо	95/109	Печень по-строгановски	80/40	44,70	233	10,1	15,3	3
			печень	143	37,47						
			масло растительное	10	1,60						
			сметана	10	4,23						
			мука	3	0,20						
			томатна паста	4	1,21						
	гарнир	165/188	каша гречневая рассыпчатая	180	11,66	267,8	12,6	7,8	52,1		
			крупя гречневая	86	5,16						
			масло сливочное	5	6,50						
	напиток	291/318	кисель плодово - ягодный	200	12,00	76	0	0	20		
			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				101,65	949	32	33,6	139,85
Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (яблоко)	180	41,4	33,3	0,3	0,3	6,75		
	напиток	г.п.	сок фруктовый	200	17	92	1	0	25,4		
	сладкое	г.п.	Печенье	40	13,2	89,3	3,6	10,2	41,6		
Итого					71,6	214,6	4,9	10,5	73,75		
Ужин	закуска	39/47	Салат Студенческий	100	9,385	137	3,8	10,5	6,8		
			картофель	45	3,06						
			морковь	25	1,575						
			гороше консерв.	27	2,43						
			яйцо	8шт	0,72						
			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	14,45	241	4,4	4,3	25,3
			рис	53	7,95						
			масло сливочное	5	6,5						
	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					72,0886	713,5	25,8	27,53	76,25	
завтрак 2	кисломолочный напиток	г.п.	Кефир	200	20,8	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 слобная	50	9,445	159	3,9	4,3	26		
			мука	30	1,95						
			дрожжи	0,4	0,288						
			соль	0,3	0,012						
			сахар	8	0,688						
			масло сливочное	4,5	5,85						
			яйцо	3шт	0,27						
			молоко	4,5	0,387						
	Итого					31,4386	294	9,8	9,33	43,9	
Итого за весь день						341,69	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 07.09.2025г.
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	75/89	Суп молочный с крупой рисовой	250	15,97	224	5,5	5,2	13,25
			молоко	125	10,75				
			масло сливочное	1,6	2,08				
			сахар	1,6	0,14				
			рис	20	3,00				
	гор.напиток	274/301	какао с молоком	200	10,99	94	2,9	2,8	14,9
			какао порошок	2	0,33				
			сахар	10	0,86				
			молоко	100	9,80				
	хлеб	2/10.	бутерброд с маслом и сыром	40/15/10	29,26	328	6,7	9,6	13,2
			хлеб	40	1,56	93,5	3,5	1,2	24,15
			масло сливочное	10	13,00				
			сыр	15	14,70				
	закуска	г.п.	яйцо	40/1шт	3,60	63	5,08	4,6	0,28
Итого					59,82	802,5	23,68	23,4	65,78
Обед	закуска	21/29	салат "Витаминный"	100	65,00	91	1,5	4,6	11
			Капуста белокачанная	84	6,55				
			морковь	32	2,02				
			яблоко	24	55,20				
			сахар	5	0,43				
			масло растительное	5	0,80				
	1 блюдо	56/68	Свекольник	250	14,91	113,3	2	5,1	14,8
			картофель	53	3,60				
			свекла	82	4,10				
			морковь	12	0,76				
			лук реп.	13	0,91				
			масло растительное	5	0,80				
			томатна паста	1,25	0,38				
			сахар	1,6	0,14				
			сметана	10	4,23				
	2 блюдо	95/109	Печень по-строгановски	120/50.	64,01	109	23,5	19,8	3,4
			печень	214	56,07				
			масло растительное	15	2,40				
			сметана	12,5	5,29				
			мука	4	0,26				
			соус	50	1,21				
					томатна паста	4	1,21		
гарнир	165/188	каша гречневая рассыпчатая	200	13,98	214,2	14	8,7	57,9	
		крупя гречневая	95	6,18					
		масло сливочное	6	7,80					
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					173,45	922,9	50,3	39,7	172,7
Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (яблоко)	180	41,4	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					71,2	291,6	4,2	4,1	198,95
Ужин	закуска	39/47	Салат Студенческий	100	9,385	137	3,8	10,5	6,8
			картофель	45	3,06				
			морковь	25	1,575				
			гороше консерв.	27	2,43				
			яйцо	8шт	0,72				
			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	16,1	241	4,4	4,3	25,3
			рис	64	9,6				
			масло сливочное	5	6,5				
	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					72,2386	713,5	25,8	27,53	76,25
завтрак 2	кисломолочный напиток	г.п.	кефир	200	20,8	100	5,8	5	8
			чай с сахаром	200	1,1936	35	0,1	0,03	9,9
	гор.напиток	268/295		0,4	0,3336				
			сахар	10	0,86				
	сладкое	,260/285	Булочка сдобная	50	9,4325	159	3,9	4,3	26
			мука	30	1,95				
			дрожжи	0,4	0,288				
			соль	0,3	0,012				
			сахар	8	0,68				
			масло сливочное	4,5	5,85				
			яйцо	3шт	0,27				
			молоко	4,5	0,3825				
	Итого					31,4261	259	9,8	9,3
Итого за весь день					408,13	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