

Основное организованное меню

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

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 лет проживающие			Отд./корп				День	Суббота 13.09.2025г.		
Прием пищи	Раздел	№ реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор.блюдо	213/236	Запеканка из творога	100,0	35,04	197,3	12,3	13,2	23,4		
			творог	94	25,38						
			манка	6	0,41						
			сахар	6	0,53						
			яйцо	1/10шт	0,65						
			сухари панировочные	4	0,84						
			сметана	4	1,39						
			масло сливочное	4	3,79						
			молоко сгущенное	14	2,06						
	гор. Блюдо	75/89	Суп молочный с макаронами	200	15,88	82	4,4	4,1	15,9		
			макароны	20	1,06						
			молоко	125	12,75						
			сахар	2	0,18						
			масло сливочное	2	1,90						
	гор.напиток	272/299	кофейный напиток на молоко	200	19,96	94	2,9	2,8	14,9		
молоко			100	10,20							
сахар			110	9,63							
кофейный напиток			2	0,13							
хлеб	3/11.	бутерброд с сыром	30/10	11,95	106	5	3	14,5			
		сыр	11	10,78							
		хлеб	30	1,17							
Итого				66,95	479,3	24,6	23,1	68,7			
Обед	закуска	40/48	Винегрет овощной	100	11,25	55	1,3	2,3	7,3		
			свекла	19	0,94						
			морковь	12,5	0,81						
			картофель	27,5	1,57						
			огурец соленый	27,5	5,61						
			Капуста белокачанная	20	1,02						
			лук реп.	17,5	0,89						
			сахар	0,5	0,04						
			соль	0,3	0,01						
			масло растительное	2,5	0,35						
			кислота лимонная	0,3	0,005						
			1 блюдо	52/64	Щи из свеж. Капусты с картофелем	250	11,02	98,3	2,1	7	10,1
			Капуста белокачанная		64	3,26					
			картофель		39	2,22					
			морковь		12	0,78					
			лук реп.		11,5	0,58					
			масло растительное	5	0,70						
			сметана	10	3,48						
	2 блюдо	76/90	Рыба отварная "Горбуша"с соусом польским	120	129,59	183	12	9,5	1,7		
			горбуша	214	119,07						
			морковь	5	0,33						
			лук реп.	6	0,30						
			масло сливочное	10	9,48						
			кислота лимонная	0,2	0,003						
			мука	2	0,08						
			яйцо	5шт	0,33						
	гарнир	202/225	Макароны отварные	100	8,13	235	6,6	5	40		
			макароны	64	3,39						
			масло сливочное	5	4,74						
	напиток	278/305	чай с сахаром	200	1,18	35	0,1	0,03	9,9		
			чай	0,4	0,31						
			сахар	10	0,88						
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	55	2,15	130	3,8	1,5	25,7		
			хлеб черн.	40	1,60	74,4	2,3	0,3	14,8		
Итого				164,91	810,7	28,2	25,63	109,5			
Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (апельсин)	200	42,9	108	2,7	0,56	2,24		
	напиток	г.п.	сок фруктовый	200	16,9	92	1	0	25,4		
	сладкое	г.п.	Вафли	20	5,1	54	0,16	0,02	0,08		
Итого				64,9	254	3,86	0,58	27,72			
Ужин	закуска	27/35	Салат из свеклы с яблоком	100	12,5413	82	0,9	5,1	8,3		
			свекла	65	3,2175						
			яблоко	43	8,514						
			масло растительное	5	0,695						
			кислота лимонная	0,5	0,0075						
			сахар	1	0,0875						
			соль	0,5	0,0198						
			2 блюдо	105/119	Тефтели из говядины	90	38,88	154,8	9	10,8	5,4
	гарнир	131/153	Картофельное пюре	150	16,368	140	1,8	1,2	0,81		
			картофель	161,5	9,2055						
			молоко	23,75	2,4225						
			масло сливочное	5	4,74						
			хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,56	93,5	3,5	0,5	24,15
	269/296		чай с молоком	200	6,283	69	1,6	1,8	12,4		
			чай	0,4	0,308						
			молоко	50	5,1						
			сахар	10	0,875						
			Итого				75,6323	539,3	16,8	19,4	51,06
завтрак 2	кисломолочный напиток	г.п.	Кефир	200	23,6	100	5,8	5	8		
	гор. Напиток	278/305	чай с сахаром	200	1,183	35	0,1	0,03	9,9		
			чай	0,4	0,308						
			сахар	10	0,875						
	сладкое	г.п.	Печенье	50	9,23	111,7	2,1	4,5	9		
Итого					34,013	246,7	8	9,53	26,9		
Итого за весь день					406,41	2330	81,46	78,24	283,88		

Основное организованное меню

Утверждаю директор
МБОУ Целинной ОШИ №15 Н.А.

Делявская

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет проживающие				Деляевская						
					Отд./корп			День	Суббота 13.09.2025г		
Прием пищи	Раздел	№ реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор. блюдо	213/236	Запеканка из творога	7,5	14,18	430,8	25,5	19,8	35,08		
			творог	141	38,07						
			манка	10	0,68						
			сахар	10	0,88						
			яйцо	1/10шт	0,65						
			сухари панировочные	6	1,26						
			сметана	6	2,09						
			масло сливочное	6	5,69						
			молоко сгущенное	20	2,94						
			гор. Блюдо	75/89	Суп молочный с макаронами	200	23,81	119	4,4	4,1	15,9
			макароны	20	1,06						
			молоко	125	2,04						
			сахар	2	1,75						
			масло сливочное	2	18,96						
	гор.напиток	272/299	кофейный напиток на молоке	200	11,61	94	2,9	2,8	14,9		
			молоко	100	10,20						
			сахар	10	0,88						
			кофейный напиток	8	0,54						
	хлеб	3/11	бутерброд с сыром	3	23,51	106	5	3	14,5		
сыр			22	21,56							
хлеб			50	1,95							
Итого				49,30	749,8	33,4	25,6	64,48			
Обед	закуска	40/48	Винегрет овощной	100	11,24	55	1,3	2,3	7,3		
			свекла	19	0,94						
			морковь	12,5	0,81						
			картофель	27,5	1,57						
			огурец соленый	27,5	5,61						
			Капуста белокачанная	20	1,02						
			лук реп.	17,5	0,88						
			сахар	0,5	0,04						
			соль	0,3	0,01						
			масло растительное	2,5	0,35						
			кислота лимонная	0,3	0,005						
	1 блюдо	52/64	Ши из свеж. Капусты с картофелем	300	13,19	112	2,1	7	10,1		
			Капуста белокачанная	76	3,88						
			картофель	46	2,62						
			морковь	15	0,98						
			лук реп.	14	0,71						
			масло растительное	6	0,83						
	2 блюдо	76/90	сметана	12	4,17						
			Рыба отварная "Горбуша"с соусом польским	120	119,69	172	23	9,5	1,7		
			горбуша	252	140,21						
			морковь	5	0,33						
			лук реп.	6	0,42						
			соус польский	50	9,89						
			масло сливочное	10	9,48						
			кислота лимонная	0,2	0,0030						
			мука	2	0,08						
	гарнир	292/225	яйцо	5шт	0,33						
			Макароны отварные	180	8,13	235	6,6	5	40		
			макароны	64	3,39						
	напиток	278/305	масло сливочное	5	4,74						
			чай с сахаром	200	1,18	35	0,1	0,03	9,9		
			чай	0,4	0,31						
	хлеб бел.	г.п.	сахар	10	0,88						
			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					157,18	814,4	39,2	25,63	109,5		
Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (апельсин)	200	42,9	108	2,7	0,56	2,24		
	напиток	г.п.	сок фруктовый	200	16,9	92	1	0	25,4		
	сладкое	г.п.	Вафли	40	10,2	81	0,7	3,78	0,63		
Итого					70	281	4,4	4,34	28,27		
Ужин	закуска	27/35	Салат из свеклы с яблоком	100	12,5413	82	0,9	5,1	8,3		
			свекла	65	3,2175						
			яблоко	43	8,514						
			масло растительное	5	0,695						
			кислота лимонная	0,5	0,0075						
			сахар	1	0,0875						
			соль	0,5	0,0198						
	2 блюдо	105/119	Тефтели из говядины	100	43,2	338,3	14,2	22,8	22,9		
			Картофельное пюре	230	19,6245	215	4,7	8,1	29,9		
	гарнир	131/153	картофель	193,5	11,0295						
			молоко	28,5	2,907						
			масло сливочное	6	5,688						
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,4	93,5	3,5	0,5	24,15		
			чай с молоком	200	6,283	69	1,6	1,8	12,4		
			чай	0,4	0,308						
			молоко	50	5,1						
			сахар	10	0,875						
Итого					83,0488	797,8	24,9	38,3	97,65		
завтрак 2	кисломолочный напиток	г.п.	кефир	200	239,6	100	5,8	5	8		
			гор. Напиток	278/305	чай с сахаром	200	12,259	35	0,1	0,03	9,9
					чай	0,4	0,308				
					сахар	10	0,875				
			сладкое	г.п.	Печенье	60	11,076	134	3,6	10,2	41,6
Итого					251,859	269	9,5	15,23	59,5		
Итого за весь день					611,38	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