

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

Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет проживающие			Отд./корп				День	Суббота 20.09.2025г.		
Принем пищи	Раздел	№ рещ.	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 густенное	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	Щи 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						
			сметана	12	4,17						
			2 блюдо	76/90	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					
				яйцо	5шт	0,33					
	гарнир	292/225	Макароны отварные	180	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	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
			гарнир	131/153	Картофельное пюре	230	19,6245	215	4,7	8,1	29,9
				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
			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					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		

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 20.09.2025г.			
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 молоке	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							
	2 блюдо	76/90	сметана	10	3,48							
			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							
	гарнир	202/225	яйцо	5шт	0,33							
			Макароны отварные	100	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							
			сахар	10	0,88							
	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					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							
	2 блюдо	105/119	соль	0,5	0,0198							
			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							
	хлеб бел.	269/296	масло сливочное	5	4,74							
			хлеб пшеничный	40	1,56	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					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	1,183	35	0,1	0,03	9,9			
	сладкое	г.п.	чай	0,4	0,308							
			сахар	10	0,875							
			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			

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 229723484149701461558283897186772312471353484434

Владелец Делявская Наталья Анатольевна

Действителен с 28.11.2024 по 28.11.2025