

Основное организованное меню

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

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 лет проживающие			Отд./корп				День	Воскресенье 21.09.2025г.		
Прием пищи	Раздел	№ реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор.блюдо	73/86	Суп молочный с крупой рисовой	250	16,17	224	5,5	5,2	13,25		
			молоко	125	12,75						
			масло сливочное	1,6	1,52						
			сахар	1,6	0,14						
			рис	20	1,77						
	гор.напиток	274/301	какао с молоком	200	11,36	94	2,9	2,8	14,9		
			какао порошок	2	0,29						
			сахар	10	0,88						
			молоко	100	10,20						
	хлеб	2/10.	бутерброд с маслом и сыром	40/15/10	25,34	110	6,7	9,6	13,2		
			хлеб	40	1,56						
			масло сливочное	10	9,48						
			сыр	15	11,70						
	закуска	г.п.	яйцо	40/1шт	2,60	63	5,08	4,6	0,28		
					55,48	491	20,18	22,2	41,63		
Итого											
Обед	закуска	21/29	салат "Витаминный"	100	10,48	91	1,5	4,6	11		
			Капуста белокачанная	84	2,52						
			морковь	32	2,08						
			яблоко	24	4,75						
			сахар	5	0,44						
			масло растительное	5	0,70						
			1 блюдо	56/68	Свекольник	250	13,17	113,3	2	5,1	14,8
					картофель	53	3,02				
					свекла	82	4,06				
					морковь	12	0,78				
	лук реп.	13			0,66						
	2 блюдо	95/109	масло растительное	5	0,70						
			томатна паста	1,25	0,35						
			сахар	1,6	0,14						
			сметана	10	3,48						
			Печень по-строгановски	80/40	43,56	233	10,1	15,3	3		
			печень	143	37,47						
			масло растительное	10	1,39						
			сметана	10	3,48						
			мука	3	0,12						
			томатна паста	4	1,10						
	гарнир	165/188	каша гречневая рассыпчатая	180	8,21	267,8	12,6	7,8	52,1		
			крупя гречневая	86	3,47						
			масло сливочное	5	4,74						
	напиток	291/318	кисель плодово - ягодный	200	8,00	76	0	0	20		
			хлеб бел.	40	1,56	93,5	3,5	0,5	24,15		
			хлеб бел.	40	1,60	74,4	2,3	0,3	14,8		
			хлеб черн.	40							
					86,58	949	32	33,6	139,85		
	Итого										
	Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (яблоко)	180	35,64	33,3	0,3	0,3	6,75	
				сок фруктовый	200	16,9	92	1	0	25,4	
				сладкое	40	7,38	89,3	3,6	10,2	41,6	
Печенье					59,92	214,6	4,9	10,5	73,75		
Итого											
Ужин	закуска	39/47	Салат Студенческий	100	7,666	137	3,8	10,5	6,8		
			картофель	45	2,565						
			морковь	25	1,625						
			гороше консерв	27	1,566						
			яйцо	8шт	0,52						
			масло растительное	10	1,39						
	2 блюдо	104/118	фрикадельки из кур	100	44,8	207	14	12,2	10,1		
			Каша рисовая рассыпчатая	180	9,4252	241	4,4	4,3	25,3		
	гарнир	131/153	рис	53	4,6852						
			масло сливочное	5	4,74						
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,56	93,5	3,5	0,5	24,15		
			гор.напиток	200	1,183	35	0,1	0,03	9,9		
	гор.напиток	268/295	чай с сахаром	0,4	0,308						
			чай	10	0,875						
			сахар	10	0,875						
					64,6342	713,5	25,8	27,53	76,25		
Итого											
завтрак 2	кисломолочный напиток	г.п.	Кефир	200	23,6	100	5,8	5	8		
			гор.напиток	200	1,183	35	0,1	0,03	9,9		
	гор.напиток	268/295	чай с сахаром	0,4	0,308						
			чай	10	0,875						
	сладкое	260/285	Булочка слобяная	50	6,92688	159	3,9	4,3	26		
			мука	30	1,215						
			дрожжи	0,4	0,08						
			соль	0,3	0,01188						
			сахар	8	0,7						
			масло сливочное	4,5	4,266						
			яйцо	3шт	0,195						
			молоко	4,5	0,459						
	Итого										
	Итого за весь день										
					298,32	2662,1	92,68	103,16	375,38		

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

Школа	МБОУ Целинная ОШ № 15 12-18 лет проживающие			Отд./корп				День	Воскресенье 21.09.2025г.			
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	гор блюдо	75/89	Суп молочный с крупой рисовой	250	16,17	224	5,5	5,2	13,25			
			молоко	125	12,75							
			масло сливочное	1,6	1,52							
			сахар	1,6	0,14							
			рис	20	1,77							
	гор напиток	274/301	какао с молоком	200	11,36	94	2,9	2,8	14,9			
			какао порошок	2	0,29							
			сахар	10	0,88							
			молоко	100	10,20							
	хлеб	2/10.	бутерброд с маслом и сыром	40/15/10	25,74	328	6,7	9,6	13,2			
			хлеб	40	1,56	93,5	3,5	1,2	24,15			
			масло сливочное	10	9,48							
			сыр	15	14,70							
	закуска	г.п.	яйцо	40/1штг	2,60	63	5,08	4,6	0,28			
	Итого					55,88	802,5	23,68	23,4	65,78		
Обед	закуска	21/29	салат "Витаминный"	100	55,02	91	1,5	4,6	11			
			Капуста белокачанная	84	4,28							
			морковь	32	2,08							
			яблоко	24	47,52							
			сахар	5	0,44							
			масло растительное	5	0,70							
	1 блюдо	56/68	Свекольник	250	13,17	113,3	2	5,1	14,8			
			картофель	53	3,02							
			свекла	82	4,06							
			морковь	12	0,78							
			лук реп.	13	0,66							
			масло растительное	5	0,70							
			томатна паста	1,25	0,35							
			сахар	1,6	0,14							
			сметана	10	3,48							
	2 блюдо	95/109	Печень по-строгановски	120/50.	62,66	109	23,5	19,8	3,4			
			печень	214	56,07							
			масло растительное	15	2,09							
			сметана	12,5	4,34							
			мука	4	0,16							
			соус	50	1,10							
	гарнир	165/188	каша гречневая рассыпчатая	200	9,52	214,2	14	8,7	57,9			
			крупя гречневая	95	3,83							
			масло сливочное	6	5,69							
	напиток	291/318	кисель плодово - ягодный	200	8,00	76	0	0	20			
			хлеб пшеничный	50	1,95	245	7	1,2	50,8			
			хлеб бел.	40	1,60	74,4	2,3	0,3	14,8			
	хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	40	1,60	74,4	2,3	0,3	14,8			
Итого					151,92	922,9	50,3	39,7	172,7			
Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (яблоко)	180	35,64	33,3	0,3	0,3	6,75			
	напиток	г.п.	сок фруктовый	200	16,9	92	1	0	25,4			
	сладкое	г.п.	Печенье	40	7,384	166,3	2,9	3,8	166,8			
Итого					59,924	291,6	4,2	4,1	198,95			
Ужин	закуска	39/47	Салат Студенческий	100	7,666	137	3,8	10,5	6,8			
			картофель	45	2,565							
			морковь	25	1,625							
			гороше консерв.	27	1,566							
			яйцо	8шт	0,52							
			масло растительное	10	1,39							
	2 блюдо	104/118	фрикадельки из кур	100	44,8	207	14	12,2	10,1			
			Каша рисовая рассыпчатая	180	10,3976	241	4,4	4,3	25,3			
	гарнир	131/153	рис	64	5,6576							
			масло сливочное	5	4,74							
хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,56	93,5	3,5	0,5	24,15				
		чай с сахаром	200	1,183	35	0,1	0,03	9,9				
		чай	0,4	0,308								
		сахар	10	0,875								
Итого					65,6066	713,5	25,8	27,53	76,25			
завтрак 2	кисломолочный напиток	г.п.	кефир	200	23,6	100	5,8	5	8			
			гор.напиток	268/295	чай с сахаром	200	1,183	35	0,1	0,03	9,9	
	сладкое	,260/285	чай	0,4	0,308							
			сахар	10	0,875							
			Булочка слобная	50	6,92688	159	3,9	4,3	26			
			мука	30	1,215							
			дрожжи	0,4	0,08							
			соль	0,3	0,01188							
			сахар	8	0,7							
			масло сливочное	4,5	4,266							
			яйцо	3шт	0,195							
			молоко	4,5	0,459							
			Итого					31,70988	259	9,8	9,3	43,9
			Итого за весь день					365,03	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