

		Основное организованное меню				Утверждаю директор МБОУ Целинной ОШИ №15 Н.А. Делявская				
Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 приходящие			Отд./корп			Вторник День 24.09.2024			
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор. Блюдо	125/238	Каша гречневая молочная вязкая	180/5	25,55	145	8,2	8	33,4	
			молоко	120	11,4					
			гречка	63	4,158					
			сахар	6	0,492					
			масло сливочное	7	6,16					
			272/29	Кофейный напиток на молоке	200	10,944	94	2,9	2,8	11,2
				Кофейный напиток	8	0,624				
				сахар	10	0,82				
				молоко	100	9,5				
		напиток	г.п.	кефир	200	18	100	5,8	5	8
		Фрукт	г.п.	Фрукт (Апельсин)	200	29,6	108	2,7	0,56	2,24
		хлеб	3/11.	бутерброд с сыром	50/20.	20,57	102	5	3	14,5
				хлеб пшеничный	50	1,65				
				сыр	22/01.	18,92				
Итого					114,29	549	24,6	19,36	69,34	
Обед	закуска	сен.17	Салат "Из белокачанной капусты с зеленым горошком"	100	10,2	99	4,2	9,2	5,7	
			капуста белокачанная	84	3,36					
			гороше консерв.	20	1,8					
			яйцо	40	4					
			масло растительное	8	1,04					
	1 блюдо	65/78		Борщ с капустой и картофелем	300	14,778	165	2,8	5,6	8,3
				капуста белокачанная	30	1,2				
				картофель	48	1,776				
				морковь	16	0,96				
				лук реп.	14	0,56				
				масло растительное	6	0,78				
				свекла	64	3,2				
				томатная паста	3,5	1,015				
				сметана	10	5				
				сахар	3,5	0,287				
	2 блюдо	129/151		Котлета с соусом	120/50	32,43	315	20,1	15,3	17
				Котлета	100	30				
				соус	5,3	2,432				
				лук реп.	1	0,04				
				морковь	3	0,18				
				томатна паста	5	1,425				
				масло сливочное	0,7	0,616				
				сахар	0,5	0,041				
				мука	2	0,13				
	гарнир	129/151		Макаронны отварные с маслом	230/10	7,984	301	8,4	6,4	51
				Макаронны	64	3,584				
				масло сливочное	5	4,4				
	напиток	278/303		Напиток Яблочно-лимонный	200	14,62	101	0,3	0,2	0,8
				Яблоко	57	10,26				
				лимон	16	2,72				
				Сахар	20	1,64				
	хлеб бел.	г.п.		хлеб пшеничный	40	1,32	93,5	3,5	0,5	24,15
хлеб черн.	г.п.		хлеб ржаной	20	0,7	37,2	1,15	0,15	7,4	
Итого					82,03	1111,7	40,45	37,35	114,35	
Итого за весь день					196,32	1660,7	65,05	56,71	183,69	

Основное организованное меню									
Утверждаю директор МБОУ Целинной ОШИ №15 Н.А. Делявская									
Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 лет проживающие			Отд./корп					
Приним пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. Блюдо	125/238	Каша гречневая молочная вязкая	150/5	54,83	158	8,2	8	33,4
Завтрак			гречка	45	2,25				
Завтрак			сахар	5	0,41				
Завтрак			молоко	86	8,17				
Завтрак			масло сливочное	5	4,4				
Завтрак	гор. Блюдо	125/238	Сырники из творога	100/10	84,77	125	25	15	20
			творог	135	75,6				
			Яйцо	1/8шт	0,8				
			мука	20	1,3				
			сахар	15	1,23				
			масло сливочное	5	4,4				
			сгущенное молоко	10	1,44				
	гор.напиток	272/29	кофейный напиток на молоке	200	10,5072	94	2,9	2,8	11,2
			кофейный напиток	2,4	0,1872				
			молоко	100	9,5				
			сахар	10	0,82				
	хлеб	3/11.	бутерброд с сыром	30/10.	10,45	106	5	3	14,5
			хлеб пшеничный	30	0,99				
			сыр	11/01.	9,46				
Итого					105,7272	483	41,1	28,8	79,1
Обед	закуска	39/47	салат "Из белокачанной капусты с зеленым горошком"	60	11,49	92	4,2	9,2	5,7
			капуста белокачанная	68	2,72				
			лук	20	0,8				
			гороше консерв.	34	3,06				
			яйцо	40	4				
			масло растительное	7	0,91				
	1 блюдо	65/78	Борщ с капустой и картофелем	200	10,481	110	1,9	6,6	10,13
			капуста белокачанная	20	0,8				
			картофель	21	0,777				
			морковь	10	0,6				
			свекла	42	2,1				
			сахар	2	0,164				
			лук реп.	9	0,36				
			масло растительное	4	0,52				
			томатна паста	3	1,16				
			сметана	8	4				
	2 блюдо	99/113	Котлета с соусом	90	31,4427	118,3	12	11	11
			котлета	100	30				
			соус	12,3	1,4427				
			лук реп.	0,5	0,2				
			томатна паста	3	0,87				
			масло сливочное	1,7	0,1496				
			мука	1,3	0,0845				
			морковь	1,9	0,114				
			сахар	0,3	0,0246				
	гарнир	129/151	макаронны отварные с маслом	200/10	4,024	275	8,4	6,4	51
			макаронны	64	3,584				
			масло сливочное	5	0,44				
	напиток	278/303	Напиток Яблочно-лимонный	200	14,62	101	0,3	0,2	0,8
			Яблоко	57	10,26				
			лимон	16	2,72				
			Сахар	20	1,64				
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,32	93,5	3,5	0,5	24,15
	хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	20	0,7	37,2	1,15	0,15	7,4
Итого					74,08	827	31,45	34,05	110,18
Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (Апельсин)	200	29,6	108	2,7	0,56	2,24
	напиток	г.п.	сок фруктовый	200	16	92	1	0	25,4
	сладкое	г.п.	Вафли	35	11,55	81	0,74	3,78	0,063
Итого					57,15	281	4,44	4,34	27,703
Ужин	закуска	129/151	Картофель отварной с маслом	180	14,99	151	3,5	3,8	25
			картофель	310	11,47				
			масло сливочное	4	3,52				
	гор.блюдо	93/107	Гуляш из отварной курицы	80/30	98,938	268,2	11,2	17,91	6,3
			лук реп.	15,4	0,616				
			томатна паста	3,3	0,957				
			морковь	19,1	1,146				
			мука	3,3	0,165				
			масло растительное	7,8	1,014				
			филе куриное	198	95,04				
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	35	1,12	81,81	3,06	0,44	1,76
	хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	35	1,19	65,1	2,01	0,26	1,04
	гор. Напиток	269//296	чай с молоком	200	5,87	69	1,6	1,8	12,4
			чай	0,4	0,3				
			Сахар	10	0,82				
			молоко	50	4,75				
Итого					122,108	635,11	21,37	24,21	46,5
завтрак 2	кисломолочный напиток	г.п.	Кефир	200	18	100	5,8	5	8
	сладкое	г.п.	Печенье сахарное	30	9,45	125,1	2,18	0,53	125,1
Итого					27,45	225,1	7,98	5,53	133,1
Итого за весь день					386,51	2451,21	106,34	96,93	396,583



Основное организованное меню

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

Школа		МБОУ Целинная ОШИ № 15 1-4 классы				Отд./корп		Вторник 24.09.2024г		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор. Блюдо	125/238	каша гречневая	180/5	15,95	158	8,2	8	33,4	
			молочная вязкая		2,97					
			гречка		0,41					
			сахар		8,17					
			молоко		4,4					
			масло сливочное	200	29,6	108	2,7	0,56	2,24	
	фрукт	г.п.	Фрукт (Апельсин)	200	18	100	5,8	5	8	
	напиток	г.п.	кефир	200	10,45	106	5	3	14,5	
		03.ноя	бутерброд с сыром	30/10.	0,99					
			хлеб пшеничный	30						
			сыр	11/01.	9,46					
Итого					74	472	21,7	16,56	58,14	
Обед	закуска	39/47	салат "из белокачанной	60	11,88	92	4,2	9,2	5,7	
			капусты с зеленым гор."							
			капуста белокачанная							
			лук реп.							
			гороше консерв.							
			яйцо							
				масло растительное	10	1,3				
		1 блюдо	65/78	Борщ с капустой и	200	5,813	110	2,13	5,63	10,13
				картофелем	20	0,8				
				капуста белокачанная	21	0,777				
				картофель	10	0,6				
				морковь	9	0,36				
				лук реп.	4	0,52				
				масло растительное	42	2,1				
				свекла	8	4				
				сметана	3	2,32				
				томатна паста	2	0,656				
				сахар	80/30	35,0197	118,3	12	11	11
		2 блюдо	93/107	Котлета с соусом	100	30				
				Котлета	12,3	2,6091				
				Соус	0,5	0,02				
				лук реп.	3	0,87				
				томатна паста	1,7	1,496				
				масло сливочное	1,3	0,0845				
				мука	1,9	0,114				
				морковь	0,3	0,0246				
				сахар	200/10	7,104	275	8,4	6,4	51
		гарнир	129/151	Макароны с маслом	64	3,584				
				макароны	4	3,52				
				масло сливочное	200	14,62	101	0,3	0,2	0,8
	напиток	278/303	Напиток Яблочно-лимонный	57	10,26					
			Яблоко	16	2,72					
			лимон	20	1,64					
			Сахар	40	1,32	93,5	3,5	0,5	24,15	
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	20	0,7	37,2	1,15	0,15	7,4	
	хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной		76,46	827	31,68	33,08	110,18	
Итого										
Итого за весь день					150,46	1299	53,38	49,64	168,32	



Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет проживающие		Отд./корп						Вторник 24.09.2024г				
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийности	Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак	гор. Блюдо	125/238	Каша гречневая молочная вязкая	180/5	20,45	240	8,2	8	33,4				
			гречка	63	4,158								
			молоко	120	11,4								
			сахар	6	0,492								
			масло сливочное	5	4,4								
			гор.напиток	272/29	кофейный напиток на молоке	200	42,124	94	2,9	2,8	11,2		
					кофейный напиток	8	0,624						
					молоко	100	9,5						
					сахар	10	0,82						
					сырники из творога	100/10	32	125	25	15	20		
					бутерброд с сыром	50/20	20,57	167	7,6	4,3	17,2		
			хлеб	3/11.	хлеб пшеничный	50	1,65						
сыр	22\01.	18,92											
Итого					83,144	626	43,7	30,1	81,8				
Обед	закуска	39/47	салат "из белокочанной капусты с зелюгорошком"	100	11,96	122	4,2	9,2	5,7				
			капуста белокочанная	84	3,36								
			морковь	25	1,5								
			гороше консерв.	20	1,8								
			яйцо	40	4								
			масло растительное	8	1,3								
			1 блюдо	65/78	Борщ	300	8,899	165	2,8	5,6	8,3		
					капуста белокочанная	30	1,2						
					картофель	32	1,184						
					морковь	16	0,96						
					лук реп.	14	0,56						
					масло растительное	6	0,78						
	2 блюдо	202/225	Макароны отварные с маслом	230/10	7,984	301	8,4	6,4	51				
			макароны	64	3,584								
			масло сливочное	5	4,4								
			гарнир	99/113	Котлета с соусом	120/50	34,087	315	20,1	15,3	17		
					котлета	100	30						
					соус	10	4,087						
	напиток	278/303	Напиток Яблочно-лимонный	200	14,62	101	0,3	0,2	0,8				
			Яблоко	57	10,26								
			лимон	16	2,72								
			Сахар	20	1,64								
			хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,32	93,5	3,5	0,5	24,15		
			хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	20	0,7	37,2	1,15	0,15	7,4		
	Итого				79,57	1134,7	40,45	37,35	114,35				
	Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (Апельсин)	200	29,6	108	2,7	0,56	2,24			
		напиток	г.п.	сок фруктовый	200	16	92	1	0	25,4			
		сладкое	г.п.	Вафли	35	11,55	81	0,74	3,78	0,063			
	Итого				57,15	281	4,44	4,34	27,703				
	Ужин	закуска	93/107	Гуляш из отварной курицы	120/49	110,471	315	4,3	0	37,8			
				Филе куриное	220	105,6							
				лук реп.	18,7	0,748							
морковь				22,3	1,338								
масло растительное				10	1,3								
мука				5	0,325								
томатна паста				4	1,16								
гор.блюдо				129/151	Картофель отварной	180	6,66	176,4	4,3	0	37,8		
					картофель	310	11,47						
					масло сливочное	4	3,52						
					хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,32	93,5	3,5	0,5	24,15
					хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	40	1,4	74,4	2,3	0,3	14,8
		гор. Напиток	269//296		чай с молоком	200	5,87	35	0,1	0,03	9,9		
чай				0,4	0,3								
Сахар				10	0,82								
молоко		50	4,75										
Итого					125,721	694,3	14,5	0,83	124,45				
завтрак 2		кисломолочный напиток	г.п.	кефир	200	18	100	5,8	5	8			
	сладкое	г.п.	Печенье сахарное	40	12,6	166,8	2,9	0,7	166,8				
Итого				30,6	266,8	8,7	5,7	174,8					
Итого за весь день					376,19	2965,9	113	80,63	413,42				

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 229723484149701461558283897186772312471353484434

Владелец Делявская Наталья Анатольевна

Действителен с 28.11.2024 по 28.11.2025