

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



**Основное организованное меню**

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет проживающие			Отд./корп	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г					
									Вторник 17.09.2024г
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
	хлеб	3/11.	бутерброд с сыром	50/20	20,57	167	7,6	4,3	17,2
			хлеб пшеничный	50	1,65				
			сыр	22/01.	18,92				
<b>Итого</b>					<b>83,144</b>	<b>626</b>	<b>43,7</b>	<b>30,1</b>	<b>81,8</b>
Обед	закуска	39/47	салат "из белокачанной капусты с зелюгорошком"	100	11,96	122	4,2	9,2	5,7
			капуста белокачанная	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 белокачанная	30	1,2				
			картофель	32	1,184				
			морковь	16	0,96				
			лук реп.	14	0,56				
			масло растительное	6	0,78				
			свекла	64	3,2				
			сметана	10	5				
			сахар	3,5	0,287				
			томатна паста	3,5	1,015				
	2 блюдо	202/225	Макаронны отварные с маслом	230/10	7,984	301	8,4	6,4	51
			макаронны	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				
			лук реп.	1	0,04				
			морковь	3	0,18				
			масло сливочное	2,7	2,376				
			томатна паста	5	1,45				
			сахар	0,5	0,041				
	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
<b>Итого</b>					<b>79,57</b>	<b>1134,7</b>	<b>40,45</b>	<b>37,35</b>	<b>114,35</b>
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
<b>Итого</b>					<b>57,15</b>	<b>281</b>	<b>4,44</b>	<b>4,34</b>	<b>27,703</b>
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				
<b>Итого</b>					<b>125,721</b>	<b>694,3</b>	<b>14,5</b>	<b>0,83</b>	<b>124,45</b>
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
<b>Итого</b>					<b>30,6</b>	<b>266,8</b>	<b>8,7</b>	<b>5,7</b>	<b>174,8</b>
<b>Итого за весь день</b>					<b>376,19</b>	<b>2965,9</b>	<b>113</b>	<b>80,63</b>	<b>413,42</b>

## Основное организованное меню

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

Вторник  
17.09.2024

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 приходящие			Отд./корп						
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор. Блюдо	125/238	Каша гречневая	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					
<b>Итого</b>					<b>114,29</b>	<b>549</b>	<b>24,6</b>	<b>19,36</b>	<b>69,34</b>	
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	Макароны отварные с маслом	230/10	7,984	301	8,4	6,4
	Макароны	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		
<b>Итого</b>					<b>82,03</b>	<b>1111,7</b>	<b>40,45</b>	<b>37,35</b>	<b>114,35</b>	
Итого за весь день					<b>196,32</b>	<b>1660,7</b>	<b>65,05</b>	<b>56,71</b>	<b>183,69</b>	

**Основное организованное меню**

Утверждаю  
директор МБОУ Целинная ОШИ №15  
Н.А. Делаянская

Школа		МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 лет проживающие		Отд./корп	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо						День	Вторник 27.09.2024г
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	44					
Завтрак	гор. Блюдо	125/238	Сырники из творога	100/10	84,77	125	25	15		20
Завтрак			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.	бутиерброд с сыром	30/10.	10,45	106	5	3		14,5
			хлеб пшеничный	30	0,99					
			сыр	11/01.	9,46					
<b>Итого</b>					<b>105,7272</b>	<b>483</b>	<b>41,1</b>	<b>28,8</b>		<b>79,1</b>
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					
			горошек 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	макаронные отварные с маслом	200/10	4,024	275	8,4	6,4		51
			макаронные	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
<b>Итого</b>					<b>74,08</b>	<b>827</b>	<b>31,45</b>	<b>34,05</b>		<b>110,18</b>
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
<b>Итого</b>					<b>57,15</b>	<b>281</b>	<b>4,44</b>	<b>4,34</b>		<b>27,703</b>
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					
<b>Итого</b>					<b>122,108</b>	<b>635,11</b>	<b>21,37</b>	<b>24,21</b>		<b>46,5</b>
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
<b>Итого</b>					<b>27,45</b>	<b>225,1</b>	<b>7,98</b>	<b>5,53</b>		<b>133,1</b>
<b>Итого за весь день</b>					<b>386,51</b>	<b>2451,21</b>	<b>106,34</b>	<b>96,93</b>		<b>396,583</b>



### Основное организованное меню



Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15		Отд./корп					День			
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								
			гречка	45	2,97						
			сахар	5	0,41						
			молоко	86	8,17						
			масло сливочное	5	4,4						
			фрукт	г.п.	Фрукт (Апельсин)	200	29,6	108	2,7	0,56	2,24
			напиток	г.п.	кефир	200	18	100	5,8	5	8
				03.ноя	бутерброд с сыром	30/10.	10,45	106	5	3	14,5
					хлеб пшеничный	30	0,99				
		сыр	11/01.	9,46							
<b>Итого</b>				<b>74</b>	<b>472</b>	<b>21,7</b>	<b>16,56</b>	<b>58,14</b>			
Обед	закуска	39/47	салат "из белокачанной	60	11,88	92	4,2	9,2	5,7		
			капусты с зеленым гор."	68	2,72						
			капуста белокачанная	20	0,8						
			лук реп.	34	3,06						
			гороше консерв.	40	4						
			яйцо	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						
	2 блюдо	93/107	Котлета с соусом	80/30	35,0197	118,3	12	11	11		
			Котлета	100	30						
			Соус	12,3	2,6091						
			лук реп.	0,5	0,02						
			томатна паста	3	0,87						
			масло сливочное	1,7	1,496						
			мука	1,3	0,0845						
			морковь	1,9	0,114						
			сахар	0,3	0,0246						
			гарнир	129/151	Макароны с маслом	200/10	7,104	275	8,4	6,4	51
			макароны	64	3,584						
			масло сливочное	4	3,52						
	напиток	278/303	Напиток Яблочно-	200	14,62	101	0,3	0,2	0,8		
			лимонный	57	10,26						
Яблоко			16	2,72							
лимон			20	1,64							
хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,32	93,5	3,5	0,5	24,15			
		хлеб ржаной	20	0,7	37,2	1,15	0,15	7,4			
<b>Итого</b>				<b>76,46</b>	<b>827</b>	<b>31,68</b>	<b>33,08</b>	<b>110,18</b>			
<b>Итого за весь день</b>					<b>150,46</b>	<b>1299</b>	<b>53,38</b>	<b>49,64</b>	<b>168,32</b>		

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 229723484149701461558283897186772312471353484434

Владелец Делявская Наталья Анатольевна

Действителен с 28.11.2024 по 28.11.2025