

Школа		Основное организованное меню					Утверждаю директор МБОУ Целинной ОШИ №15 Н.А. Давыдова		
МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 лет проживающие				Отд./корп			День	Вторник 2020	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. Блюдо	125/238	Каша гречневая молочная вязкая	150/5	75,9545	158	8,2	8	33,4
Завтрак			гречка	45	2,34				
Завтрак			сахар	5	0,4675				
Завтрак			молоко	86	8,772				
Завтрак			масло сливочное	5	64,375				
Завтрак	гор. Блюдо	125/238	Сырники из творога	100/10	92,43	125	25	15	20
			творог	135	81				
			Яйцо	1/8шт	1,2				
			мука	20	0,84				
			сахар	15	1,4025				
			масло сливочное	5	6,4375				
			сгущенное молоко	10	1,55				
	гор.напиток	272/29	кофейный напиток на молоке	200	11,3282	94	2,9	2,8	11,2
			кофейный напиток	2,4	0,1932				
			молоко	100	10,2				
			сахар	10	0,935				
	хлеб	3/11.	бутерброд с сыром	30/10.	9,87	106	5	3	14,5
			хлеб пшеничный	30	1,29				
			сыр	11/01.	8,58				
Итого					113,6282	483	41,1	28,8	79,1
Обед	закуска	39/47	салат "Из белокачанной капусты с зеленым горошком"	60	12,772	92	4,2	9,2	5,7
			капуста белокачанная	68	2,72				
			лук	20	0,74				
			горошек консерв.	34	2,108				
			яйцо	40	6				
			масло растительное	7	1,204				
	1 блюдо	65/78	Борщ с капустой и картофелем	200	9,25332	110	1,9	6,6	10,13
			капуста белокачанная	20	0,8				
			картофель	21	0,945				
			морковь	10	0,39				
			свекла	42	1,89				
			сахар	2	0,187				
			лук реп.	9	0,333				
			масло растительное	4	0,688				
			томатна паста	3	1,24				
			сметана	8	2,78032				
	2 блюдо	99/113	Котлета с соусом	90	53,7105	118,3	12	11	11
			котлета	100	50,25				
			соус	12,3	3,4605				
			лук реп.	0,5	0,185				
			томатна паста	3	0,93				
			масло сливочное	1,7	2,18875				
			мука	1,3	0,0546				
			морковь	1,9	0,0741				
			сахар	0,3	0,02805				
	гарнир	129/151	макаронны отварные с маслом	200/10	4,19575	275	8,4	6,4	51
			макаронны	64	3,552				
			масло сливочное	5	0,64375				
	напиток	278/303	Напиток Яблочно-лимонный	200	17,855	101	0,3	0,2	0,8
			Яблоко	57	10,545				
			лимон	16	5,44				
			Сахар	20	1,87				
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,72	93,5	3,5	0,5	24,15
	хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	20	0,88	37,2	1,15	0,15	7,4
Итого					100,39	827	31,45	34,05	110,18
Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (Апельсин)	200	44	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					71,55	281	4,44	4,34	27,703
Ужин	закуска	129/151	Картофель отварной с маслом	180	19,1	151	3,5	3,8	25
			картофель	310	13,95				
			масло сливочное	4	5,15				
	гор.блюдо	93/107	Гуляш из отварной курицы	80/30	94,89625	268,2	11,2	17,91	6,3
			лук реп.	15,4	0,5698				
			томатна паста	3,3	1,023				
			морковь	19,1	0,7449				
			мука	3,3	0,13695				
			масло растительное	7,8	1,3416				
			филе куриное	198	91,08				
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	35	1,505	81,81	3,06	0,44	1,76
	хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	35	1,54	65,1	2,01	0,26	1,04
	гор. Напиток	269//296	чай с молоком	200	6,3214	69	1,6	1,8	12,4
			чай	0,4	0,2864				
			Сахар	10	0,935				
			молоко	50	5,1				
Итого					123,3627	635,11	21,37	24,21	46,5
завтрак 2	кисломолочный напиток	г.п.	Кефир	200	23,6	100	5,8	5	8
	сладкое	г.п.	Печенье сахарное	30	8,1	125,1	2,18	0,53	125,1
Итого					31,7	225,1	7,98	5,53	133,1
Итого за весь день					440,63	2451,21	106,34	96,93	396,583



Основное организованное меню



Основное организованное меню												
Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15			Отд./корп								
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	гор. Блюдо	125/238	каша гречневая	180/5	18,017	158	8,2	8				
			молочная вязкая									
			гречка	45	2,34							
			сахар	5	0,4675							
			молоко	86	8,772							
				масло сливочное	5	6,4375						
	фрукт напиток	г.п. г.п. 03.ноя		Фрукт (Апельсин)	200	44	108	2,7	0,56	2,24		
				кефир	200	23,6	100	5,8	5	8		
				бутерброд с сыром	30/10.	9,87	106	5	3	14,5		
				хлеб пшеничный	30	1,29						
			сыр	11/01.	8,58							
Итого					95,487	472	21,7	16,56	58,14			
Обед	закуска	39/47	салат "из белокачанной	60	13,628	92	4,2	9,2	5,7			
			капусты с зеленым гор."									
			капуста белокачанная	68	3,06							
			лук реп.	20	0,74							
			гороше консерв.	34	2,108							
			яйцо	40	6							
				масло растительное	10	1,72						
	1 блюдо	65/78		Борщ с капустой и	200	5,894	110	2,13	5,63	10,13		
				картофелем								
				капуста белокачанная	20	0,9						
				картофель	21	0,945						
				морковь	10	0,39						
				лук реп.	9	0,333						
				масло растительное	4	0,688						
				свекла	42	1,89						
				сметана	8	2,78032						
				томатна паста	3	2,48						
				сахар	2	0,748						
	2 блюдо	93/107		Котлета с соусом	80/30	56,7093	118,3	12	11	11		
				Котлета	100	50,25						
				Соус	12,3	3,294						
				лук реп.	0,5	0,0185						
				томатна паста	3	0,93						
				масло сливочное	1,7	2,18875						
				мука	1,3	0,0546						
				морковь	1,9	0,0741						
				сахар	0,3	0,02805						
							Макароны с маслом	200/10	8,702	275	8,4	6,4
	гарнир	129/151		макароны	64	3,552						
				масло сливочное	4	5,15						
Напиток Яблочно-лимонный				200	17,855	101	0,3	0,2	0,8			
напиток	278/303		Яблоко	57	10,545							
			лимон	16	5,44							
			Сахар	20	1,87							
			хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,72	93,5	3,5	0,5	24,15	
хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	20	0,88	37,2	1,15	0,15	7,4				
Итого					105,39	827	31,68	33,08	110,18			
Итого за весь день					200,88	1299	53,38	49,64	168,32			

утверждаю
 директор
 Целинной ОШИ № 15
 Н.А. Белкина



Основное организованное меню										
Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет проживающие			Отд./корп				День	24.05.2024	
Прием лица	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийности	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор. Блюдо	125/238	Каша гречневая молочная вязкая	180/5	22,5145	240	8,2	8	33,4	
			гречка	63	3,276					
			молоко	120	12,24					
			сахар	6	0,561					
			масло сливочное	5	6,4375					
гор.напиток	272/29		кофейный напиток на молоке	200	59,444	94	2,9	2,8	11,2	
			кофейный напиток	8	0,644					
			молоко	100	10,2					
			сахар	10	0,935					
			сырники из творога	100/10	48,6	125	25	15	20	
хлеб	3/11.		бутерброд с сыром	50/20	19,31	167	7,6	4,3	17,2	
			хлеб пшеничный	50	2,15					
			сыр	22/01.	17,16					
Итого					101,2685	626	43,7	30,1	81,8	
Обед	закуска	39/47	салат "из белокачанной капусты с зелюгорошком"	100	13,295	122	4,2	9,2	5,7	
			капуста белокачанная	84	3,36					
			морковь	25	0,975					
			горохе консерв.	20	1,24					
			яйцо	40	6					
			масло растительное	8	1,72					
			1 блюдо	65/78	Борщ	300	8,929	165	2,8	5,6
			капуста белокачанная	30	1,35					
			картофель	32	1,44					
			морковь	16	0,624					
			лук реп.	14	0,518					
			масло растительное	6	1,032					
			свекла	64	2,88					
			сметана	10	3,4754					
			сахар	3,5	0,32725					
			томатна паста	3,5	1,085					
		2 блюдо	202/225	Макароны отварные с маслом	230/10	9,9895	301	8,4	6,4	51
				макароны	64	3,552				
				масло сливочное	5	6,4375				
		гарнир	99/113	Котлета с соусом	120/50	55,477	315	20,1	15,3	17
				котлета	100	50,25				
				соус	10	5,227				
				лук реп.	1	0,037				
				морковь	3	0,117				
				масло сливочное	2,7	3,47625				
				томатна паста	5	1,55				
				сахар	0,5	0,04675				
	напиток	278/303	Напиток Яблочно-лимонный	200	17,855	101	0,3	0,2	0,8	
			Яблоко	57	10,545					
			лимон	16	5,44					
			Сахар	20	1,87					
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,72	93,5	3,5	0,5	24,15	
	хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	20	0,88	37,2	1,15	0,15	7,4	
Итого					108,15	1134,7	40,45	37,35	114,35	
Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (Апельсин)	200	44	108	2,7	0,56	2,24	
	напиток	г.п.	сок фруктовый	200	16	92	1	0	25,4	
	сладкое	г.п.	Вафли	35	10,605	81	0,74	3,78	0,063	
Итого					70,605	281	4,44	4,34	27,703	
Ужин	закуска	93/107	Гуляш из отварной курицы	120/49	105,9291	315	4,3	0	37,8	
			Филе куриное	220	101,2					
			лук реп.	18,7	0,6919					
			морковь	22,3	0,8697					
			масло растительное	10	1,72					
			мука	5	0,2075					
			томатна паста	4	1,24					
	гор.блюдо	129/151	Картофель отварной	180	6,66	176,4	4,3	0	37,8	
			картофель	310	13,95					
			масло сливочное	4	5,15					
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,72	93,5	3,5	0,5	24,15	
	хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	40	1,76	74,4	2,3	0,3	14,8	
	гор. Напиток	269//296	чай с молоком	200	6,3214	35	0,1	0,03	9,9	
			чай	0,4	0,2864					
			Сахар	10	0,935					
		молоко	50	5,1						
Итого					122,3905	694,3	14,5	0,83	124,45	
завтрак 2	кисломолочный напиток	г.п.	кефир	200	23,6	100	5,8	5	8	
	сладкое	г.п.	Печенье сахарное	40	10,8	166,8	2,9	0,7	166,8	
Итого					34,4	266,8	8,7	5,7	174,8	
Итого за весь день					436,81	2965,9	113	80,63	413,42	

Основное организованное меню

Школа		МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 приходящие			Отд./корп	Утверждаю директор МБОУ Целинная ОШИ №15 Делявская				
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор. Блюдо	125/238	Каша гречневая	180/5	26,277	145				
			молочная вязкая							
			молоко	120	12,24					
			гречка	63	3,276					
			сахар	6	0,561					
				масло сливочное	7	9,0125				
			272/29	Кофейный напиток на молоке	200	11,779	94	2,9	2,8	11,2
		Кофейный напиток		8	0,644					
		сахар		10	0,935					
				молоко	100	10,2				
	напиток	г.п.	кефир	200	23,6	100	5,8	5	8	
	Фрукт	г.п.	Фрукт (Апельсин)	200	44	108	2,7	0,56	2,24	
	хлеб	3/11.	бутерброд с сыром	50/20.	19,31	102	5	3	14,5	
			хлеб пшеничный	50	2,15					
			сыр	22/01.	17,16					
Итого					132,497	549	24,6	19,36	69,34	
Обед	закуска	сен.17	Салат "Из белокачанной капусты с зеленым горошком"	100	11,976	99	4,2	9,2	5,7	
			капуста белокачанная	84	3,36					
			гороше консерв.	20	1,24					
			яйцо	40	6					
				масло растительное	8	1,376				
	1 блюдо	65/78		Борщ с капустой и картофелем	300	13,30165	165	2,8	5,6	8,3
				капуста белокачанная	30	1,2				
				картофель	48	2,16				
				морковь	16	0,624				
				лук реп.	14	0,518				
				масло растительное	6	1,032				
				свекла	64	2,88				
				томатная паста	3,5	1,085				
				сметана	10	3,4754				
				сахар	3,5	0,32725				
	2 блюдо	129/151		Котлета с соусом	120/50	47,24	315	20,1	15,3	17
				Котлета	100	44,5				
				соус	5,3	2,735				
				лук реп.	1	0,037				
				морковь	3	0,117				
				томатна паста	5	1,55				
				масло сливочное	0,7	0,90125				
				сахар	0,5	0,04675				
				мука	2	0,083				
				гарнир	129/151					
	Макароны	64	3,552							
	масло сливочное	5	6,4375							
	напиток	278/303		Напиток Яблочно-лимонный	200	17,855	101	0,3	0,2	0,8
				Яблоко	57	10,545				
				лимон	16	5,44				
Сахар				20	1,87					
хлеб бел.	г.п.		хлеб пшеничный	40	1,72	93,5	3,5	0,5	24,15	
хлеб черн.	г.п.		хлеб ржаной	20	0,88	37,2	1,15	0,15	7,4	
Итого					102,96	1111,7	40,45	37,35	114,35	
Итого за весь день					235,45	1660,7	65,05	56,71	183,69	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 471092413905542759889334510250069883863198699200

Владелец Делявская Наталья Анатольевна

Действителен с 12.01.2026 по 12.01.2027