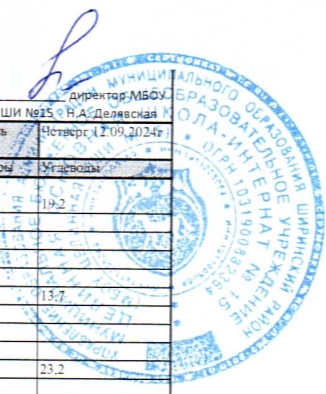


Основное организованное меню

Утверждаю \_\_\_\_\_ директор МБОУ Целинной ОШИ №15 г.Н.А.Дельмаская



| Школа        | МБОУ Целинная ОШИ № 15<br>7-11 лет проживания |          |                                       | Отд./корп            | Цена                                   | Калорийность | Белки         | Жиры         | Углеводы      |               |       |
|--------------|---|----------|---------------------------------------|----------------------|--|--------------|---------------|--------------|---------------|---------------|-------|
| Прием пищи   | Раздел  | № рецеп. | Блюдо                                 | Выход, г             |  |              |               |              |               |               |       |
| Завтрак      | гор. блюдо                                    | 185/208  | каша пшениная молочная                | 180/5                | 16,97                                  | 249,6        | 3,84          | 4,8          | 19,2          |               |       |
|              |   |          | кисл.кля                              |                      |  |              |               |              |               |               |       |
|              |   |          | крупа пшено                           | 40                   | 2,48                                   |              |               |              |               |               |       |
|              |   |          | молоко                                | 101                  | 9,60                                   |              |               |              |               |               |       |
|              |   |          | Сахар                                 | 6                    | 0,49                                   |              |               |              |               |               |       |
|              | гор напиток                                   | 274/301  | какао с молоком                       | 200                  | 10,62                                  | 88           | 3,3           | 2,5          | 13,7          |               |       |
|              |   |          | какао порошок                         | 2                    | 0,30                                   |              |               |              |               |               |       |
|              |   |          | молоко                                | 100                  | 9,50                                   |              |               |              |               |               |       |
|              | хлеб  | 1/9      | бутерброд с маслом                    | 5                    | 14,69                                  | 237,6        | 2,77          | 5,8          | 23,2          |               |       |
|              |   |          | хлеб                                  | 45                   | 1,49                                   |              |               |              |               |               |       |
|              |   |          | масло сливочное                       | 15                   | 13,20                                  |              |               |              |               |               |       |
|              |   |          | Гренки с сыром                        | 50-5-15              | 18,95                                  |              |               |              |               |               |       |
|              |   |          | сыр                                   | 15                   | 12,90                                  |              |               |              |               |               |       |
|              |   |          | масло сливочное                       | 5                    | 4,40                                   |              |               |              |               |               |       |
|              |   |          | хлеб                                  | 50                   | 1,65                                   |              |               |              |               |               |       |
| <b>Итого</b> |   |          |                                       |                      | <b>42,27</b>                           | <b>575,2</b> | <b>9,91</b>   | <b>13,1</b>  | <b>56,1</b>   |               |       |
| Обед         | закуска                                       | 36/44    | Салат картофельный с зеленым горошком | 100                  | 5,83                                   | 95,2         | 4,32          | 17,9         | 15,03         |               |       |
|              |   |          | лук реп.                              | 7                    | 0,28                                   |              |               |              |               |               |       |
|              |   |          | картофель                             | 70                   | 2,59                                   |              |               |              |               |               |       |
|              |   |          | горошек консерв.                      | 24                   | 2,16                                   |              |               |              |               |               |       |
|              |   |          | масло растительное                    | 8                    | 1,04                                   |              |               |              |               |               |       |
|              |   |          | яйцо                                  | 8                    | 0,80                                   |              |               |              |               |               |       |
|              |   |          | 1 блюдо                               | 63/72                | суп картофельный с бобовыми и гренками | 250          | 10,64         | 11,7         | 2,6           | 2,5           | 18,8  |
|              |   |          |                                       |                      | картофель                              | 62,5         | 2,31          |              |               |               |       |
|              | лук реп.                                      | 12       |                                       |                      | 0,48                                   |              |               |              |               |               |       |
|              | морковь                                       | 16       |                                       |                      | 0,96                                   |              |               |              |               |               |       |
|              | масло сливочное                               | 5        |                                       |                      | 4,40                                   |              |               |              |               |               |       |
|              | горох   | 20       |                                       |                      | 1,20                                   |              |               |              |               |               |       |
|              | хлеб пшеничный                                | 39       |                                       |                      | 1,29                                   |              |               |              |               |               |       |
|              | 2 блюдо                                       | 115/131  | рагу овощное с мясом                  | 200                  | 58,98                                  | 355,2        | 12,3          | 9            | 18            |               |       |
|              |   |          | Филе куринной грудки                  | 97                   | 46,56                                  |              |               |              |               |               |       |
|              |   |          | мука                                  | 2                    | 0,13                                   |              |               |              |               |               |       |
|              |   |          | картофель                             | 79                   | 2,92                                   |              |               |              |               |               |       |
|              |   |          | Капуста белокачанная                  | 61                   | 2,44                                   |              |               |              |               |               |       |
|              |   |          | лук реп.                              | 28                   | 1,12                                   |              |               |              |               |               |       |
|              |   |          | морковь                               | 51                   | 3,06                                   |              |               |              |               |               |       |
|              |   |          | масло растительное                    | 6                    | 0,78                                   |              |               |              |               |               |       |
|              |   |          | томатна паста                         | 4,5                  | 1,31                                   |              |               |              |               |               |       |
|              |   |          | масло сливочное                       | 0,7                  | 0,62                                   |              |               |              |               |               |       |
|              | сахар   | 0,6      | 0,05                                  |                      |  |              |               |              |               |               |       |
|              | напиток                                       | 276/303  | яблочно-лимонный напиток              | 200                  | 14,62                                  | 101          | 0,3           | 0,2          | 25,1          |               |       |
|              |   |          | 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                           | 40                   | 1,40                                   | 74,4         | 2,3           | 0,3          | 14,8          |               |       |
|              | <b>Итого</b>                                  |          |                                       |                      |  | <b>92,79</b> | <b>731</b>    | <b>25,32</b> | <b>30,4</b>   | <b>115,88</b> |       |
|              | Полдник                                       | фрукты   | г.п.                                  | фрукт свежий (Груша) | 200                                    | 44           | 34,13         | 0,3          | 0,23          | 7,35          |       |
|              |   | напиток  | г.п.                                  | сок фруктовый        | 200                                    | 16           | 92            | 1            | 0             | 25,4          |       |
|              |   | сладкое  | г.п.                                  | мармелад             | 35                                     | 11,2         | 112           | 0,04         | 1,1           | 4,4           |       |
|              | <b>Итого</b>                                  |          |                                       |                      |  | <b>71,2</b>  | <b>126,13</b> | <b>1,34</b>  | <b>1,33</b>   | <b>37,15</b>  |       |
| Ужин         | закуска                                       | 44/98    | салат из свежих овощей с соусом       | 80                   | 16,072                                 | 122,8        | 1,1           | 3,9          | 15,6          |               |       |
|              |   |          | морковь                               | 48,6                 | 2,916                                  |              |               |              |               |               |       |
|              |   |          | Капуста белокачанная                  | 31,3                 | 1,252                                  |              |               |              |               |               |       |
|              |   |          | курага                                | 9,5                  | 5,605                                  |              |               |              |               |               |       |
|              |   |          | чернослив                             | 15,3                 | 5,355                                  |              |               |              |               |               |       |
|              |   |          | Сахар                                 | 2                    | 0,164                                  |              |               |              |               |               |       |
|              |   |          | масло растительное                    | 6                    | 0,78                                   |              |               |              |               |               |       |
|              | 2 блюдо                                       | 124/146  | фрикадельки из кур                    | 90                   | 39,6                                   | 189,9        | 18            | 12,9         | 0,5           |               |       |
|              |   |          | гарнир                                | 165/188              | каша рассыпчатая из гречневой          | 180          | 8,7           | 267,8        | 12,6          | 7,8           | 52,1  |
|              | хлеб бел.                                     | г.п.     | крупа гречневая                       | 86                   | 4,3                                    |              |               |              |               |               |       |
|              |   |          | масло сливочное                       | 5                    | 4,4                                    |              |               |              |               |               |       |
|              |   |          | хлеб пшеничный                        | 40                   | 1,32                                   | 93,5         | 3,5           | 0,5          | 24,15         |               |       |
|              | гор. Напиток                                  | 268/295  | чай с сахаром                         | 200                  | 1,12                                   | 35           | 0,1           | 0,03         | 9,9           |               |       |
|              |   |          | чай                                   | 0,4                  | 0,3                                    |              |               |              |               |               |       |
|              |   |          | сахар                                 | 10                   | 0,82                                   |              |               |              |               |               |       |
| <b>Итого</b> |   |          |                                       |                      | <b>66,812</b>                          | <b>709</b>   | <b>35,3</b>   | <b>25,13</b> | <b>102,25</b> |               |       |
| завтрак 2    | кисломолочный напиток                         | г.п.     | Кефир                                 | 200                  | 18                                     | 100          | 5,8           | 5            | 8             |               |       |
|              | гор напиток                                   | 268/295  | чай с сахаром                         | 200                  | 1,12                                   | 35           | 0,1           | 0,03         | 9,9           |               |       |
|              |   |          | чай                                   | 0,4                  | 0,3                                    |              |               |              |               |               |       |
|              |   |          | Сахар                                 | 10                   | 0,82                                   |              |               |              |               |               |       |
|              | сладкое                                       | г.п.     | баранка                               | 35                   | 8,75                                   | 104,3        | 1,23          | 1,2          | 4,8           |               |       |
| <b>Итого</b> |   |          |                                       |                      | <b>27,87</b>                           | <b>239,3</b> | <b>7,13</b>   | <b>6,23</b>  | <b>22,7</b>   |               |       |

Утверждаю директор  
МБОУ Целинная ОШИ №15 Н.А.  
Делявская:

### Основное организованное меню

| Школа                     | МБОУ Целинная ОШИ № 15<br>12-18 лет проживающие |         | Отд./корп                              |               |                |               | День          | Четверг<br>12.09.2024г. |               |      |     |
|---------------------------|---|---------|--|---------------|----------------|---------------|---------------|-------------------------|---------------|------|-----|
| Прием пищи                | Раздел  | № рец.  | Блюдо                                  | Выход, г      | Цена           | Калорийность  | Белки         | Жиры                    | Углеводы      |      |     |
| Завтрак                   | гор блюдо                                       | 185/208 | каша пшеничная молочная жидкая         | 250/10.       | 23,76          | 351,9         | 17,3          | 11                      | 39,9          |      |     |
|                           |   |         | крупа пшено                            | 50            | 2,50           |               |               |                         |               |      |     |
|                           |   |         | молоко                                 | 126           | 11,97          |               |               |                         |               |      |     |
|                           |   |         | Сахар                                  | 6             | 0,49           |               |               |                         |               |      |     |
|                           | гор.напиток                                     | 274/301 | масло сливочное                        | 10            | 8,80           |               |               |                         |               |      |     |
|                           |   |         | какао с молоком                        | 200           | 18,30          | 88            | 3,3           | 2,5                     | 13,7          |      |     |
|                           |   |         | какао порошок                          | 4             | 0,60           |               |               |                         |               |      |     |
|                           | хлеб  | 1/9.    | бутерброд с маслом                     | 70/20.        | 19,91          | 313           | 5,4           | 17                      | 34            |      |     |
|                           |   |         | хлеб                                   | 70            | 2,31           |               |               |                         |               |      |     |
|                           |   |         | масло сливочное                        | 20            | 17,60          |               |               |                         |               |      |     |
| <b>Итого</b>              |   |         |  | <b>61,97</b>  | <b>752,9</b>   | <b>26</b>     | <b>30,5</b>   | <b>87,6</b>             |               |      |     |
| Обед                      | закуска   | 36/44   | Салат картофельный с зеленым горошком  | 100           | 8,01           | 144           | 3,3           | 5,4                     | 10,8          |      |     |
|                           |   |         | яйцо                                   | 10            | 1,00           |               |               |                         |               |      |     |
|                           |   |         | картофель                              | 86            | 3,18           |               |               |                         |               |      |     |
|                           |   |         | масло растительное                     | 8             | 1,04           |               |               |                         |               |      |     |
|                           |   |         | горошек консер.                        | 27            | 2,43           |               |               |                         |               |      |     |
|                           |   |         | лук реп.                               | 9             | 0,36           |               |               |                         |               |      |     |
|                           | 1 блюдо   | 63/72   | суп картофельный с бобовыми и гречками | 250           | 10,64          | 111,7         | 2,6           | 2,5                     | 18,8          |      |     |
|                           |   |         | картофель                              | 62,5          | 2,31           |               |               |                         |               |      |     |
|                           |   |         | лук реп.                               | 12            | 0,48           |               |               |                         |               |      |     |
|                           |   |         | морковь                                | 16            | 0,96           |               |               |                         |               |      |     |
|                           |   |         | масло сливочное                        | 5             | 4,40           |               |               |                         |               |      |     |
|                           |   |         | горох                                  | 20            | 1,20           |               |               |                         |               |      |     |
|                           | 2 блюдо   | 115/131 | хлеб пшеничный                         | 39            | 1,29           |               |               |                         |               |      |     |
|                           |   |         | рагу овощное с мясом                   | 250           | 74,32          | 523           | 21,4          | 28,4                    | 23,5          |      |     |
|                           |   |         | мука                                   | 3             | 0,20           |               |               |                         |               |      |     |
|                           |   |         | картофель                              | 98            | 3,63           |               |               |                         |               |      |     |
|                           |   |         | Капуста белокачанная                   | 76            | 3,04           |               |               |                         |               |      |     |
|                           |   |         | лук реп.                               | 35            | 1,40           |               |               |                         |               |      |     |
|                           |   |         | морковь                                | 63            | 3,78           |               |               |                         |               |      |     |
|                           |   |         | масло растительное                     | 8             | 1,04           |               |               |                         |               |      |     |
|                           |   |         | томатна паста                          | 6             | 1,74           |               |               |                         |               |      |     |
|                           |   |         | Филе курицы                            | 122           | 58,56          |               |               |                         |               |      |     |
|                           |   |         | масло сливочное                        | 1             | 0,88           |               |               |                         |               |      |     |
|                           |   |         | сахар                                  | 0,7           | 0,06           |               |               |                         |               |      |     |
|                           | напиток   | 276/303 | яблочно-лимонный напиток               | 200           | 14,62          | 101           | 0,3           | 0,2                     | 2,5           |      |     |
|                           |   |         | 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                            | 40            | 1,40           | 74,4          | 2,3           | 0,3                     | 14,8          |      |     |
| <b>Итого</b>              |   |         |  | <b>110,31</b> | <b>1047,6</b>  | <b>33,4</b>   | <b>37,3</b>   | <b>94,55</b>            |               |      |     |
| Полдник                   | фрукты  | г.п.    | фрукт свежий (Груша)                   | 200           | 44             | 34,13         | 0,3           | 0,23                    | 7,35          |      |     |
|                           |   |         | сок фруктовый                          | 200           | 16             | 92            | 1             | 0                       | 25,4          |      |     |
|                           |   |         | мармелад                               | 50            | 16             | 321           | 0,1           | 0                       | 79,4          |      |     |
| <b>Итого</b>              |   |         |  | <b>76</b>     | <b>447,13</b>  | <b>1,4</b>    | <b>0,23</b>   | <b>112,15</b>           |               |      |     |
| Ужин                      | закуска   | 44/98   | салат из свежих овощей с морковь       | 100           | 16,072         | 153,5         | 2             | 6,14                    | 22,54         |      |     |
|                           |   |         | морковь                                | 48,6          | 2,916          |               |               |                         |               |      |     |
|                           |   |         | Капуста белокачанная                   | 31,3          | 1,252          |               |               |                         |               |      |     |
|                           |   |         | курага                                 | 9,5           | 5,605          |               |               |                         |               |      |     |
|                           |   |         | чернослив                              | 15,3          | 5,355          |               |               |                         |               |      |     |
|                           |   |         | Сахар                                  | 2             | 0,164          |               |               |                         |               |      |     |
|                           | 2 блюдо   | 124/146 | фрикадельки из кур                     | 100           | 44             | 245           | 12,5          | 15,7                    | 11,1          |      |     |
|                           |   |         | картофель                              | 48,6          | 2,916          |               |               |                         |               |      |     |
|                           | гарнир  | 165/188 | каша рассыпчатая из гречки             | 200           | 11,55          | 214,2         | 14            | 8,7                     | 57,9          |      |     |
|                           |   |         | крупа гречневая                        | 95            | 6,27           |               |               |                         |               |      |     |
|                           | хлеб бел.                                       | г.п.    | масло сливочное                        | 6             | 5,28           |               |               |                         |               |      |     |
|                           |   |         | хлеб пшеничный                         | 40            | 1,32           | 93,5          | 3,5           | 0,5                     | 24,15         |      |     |
|                           | гор. Напиток                                    | 268/295 | чай с сахаром                          | 200           | 1,12           | 35            | 0,1           | 0,03                    | 9,9           |      |     |
|                           |   |         | чай                                    | 0,4           | 0,3            |               |               |                         |               |      |     |
|                           |   |         | сахар                                  | 10            | 0,82           |               |               |                         |               |      |     |
|                           | <b>Итого</b>                                    |         |  |               | <b>74,062</b>  | <b>741,2</b>  | <b>32,1</b>   | <b>31,07</b>            | <b>115,69</b> |      |     |
| завтрак 2                 | кисломолочный напиток                           | г.п.    | кефир                                  | 200           | 18             | 100           | 5,8           | 5                       | 8             |      |     |
|                           |   |         | гор. Напиток                           | 168/295       | чай с сахаром  | 200           | 1,12          | 35                      | 0,1           | 0,03 | 9,9 |
|                           |   |         | чай                                    | 0,4           | 0,3            |               |               |                         |               |      |     |
|                           |   |         | Сахар                                  | 10            | 0,82           |               |               |                         |               |      |     |
| сладкое                   | г.п.  | баранка | 50                                     | 12,5          | 149            | 1,99          | 2,7           | 26,3                    |               |      |     |
| <b>Итого</b>              |   |         |  | <b>31,62</b>  | <b>284</b>     | <b>7,89</b>   | <b>7,73</b>   | <b>44,2</b>             |               |      |     |
| <b>Итого за весь день</b> |   |         |  | <b>353,96</b> | <b>3272,83</b> | <b>100,79</b> | <b>106,83</b> | <b>454,19</b>           |               |      |     |





Утверждаю \_\_\_\_\_, директор  
 МБОУ Целинной ОШИ №15 г.Н.А.  
 Деляевская

### Основное организованное меню

| Школа              | МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 приходящие |                 |  | Отд./корп |                          |              |       | День  | Четверг  |        |      |
|--------------------|--|-----------------|--|-----------|--------------------------|--------------|-------|-------|----------|--------|------|
| Прием пищи         | Раздел                                 | № рец.          | Блюдо                                  | Выход, г  | Цена                     | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |        |      |
| Завтрак            | гор. блюдо                             | 185/208         | каша пшениная молочная жидкая          | 150       | 16,09                    | 249,6        | 3,84  | 4,8   | 19,2     |        |      |
|                    |  |                 | крупа пшено                            | 40        | 1,60                     |              |       |       |          |        |      |
|                    |  |                 | молоко                                 | 101       | 9,60                     |              |       |       |          |        |      |
|                    |  |                 | Сахар                                  | 6         | 0,49                     |              |       |       |          |        |      |
|                    |  |                 | масло сливочное                        | 5         | 4,40                     |              |       |       |          |        |      |
|                    | гор напиток                            | 274/301         | какао с молоком                        | 200       | 10,62                    | 88           | 3,3   | 2,5   | 13,7     |        |      |
|                    |  |                 | какао порошок                          | 2         | 0,30                     |              |       |       |          |        |      |
|                    |  |                 | молоко                                 | 100       | 9,50                     |              |       |       |          |        |      |
|                    | напиток                                | г.п.            | кефир                                  | 200       | 18,00                    | 100          | 5,8   | 5     | 8        |        |      |
|                    | фрукт                                  | г.п.            | фрукт (Груша)                          | 200       | 44,00                    | 34,13        | 0,3   | 0,23  | 7,35     |        |      |
|                    | хлеб                                   | 1/9.            | бутерброд с маслом                     | 5         | 14,69                    | 237,6        | 2,77  | 5,8   | 23,2     |        |      |
|                    |  |                 | хлеб                                   | 45        | 1,49                     |              |       |       |          |        |      |
|                    |  | масло сливочное | 15                                     | 13,20     |                          |              |       |       |          |        |      |
| Итого              |  |                 |  |           | 103,39                   | 709,33       | 16,01 | 18,33 | 71,45    |        |      |
| Обед               | закуска                                | 36/44           | Салат картофельный с зеленым горошком  | 100       | 6,87                     | 95,2         | 4,32  | 9,2   | 15,03    |        |      |
|                    |  |                 | Яйцо                                   | 8         | 0,80                     |              |       |       |          |        |      |
|                    |  |                 | лук реп.                               | 7         | 0,28                     |              |       |       |          |        |      |
|                    |  |                 | картофель                              | 70        | 2,59                     |              |       |       |          |        |      |
|                    |  |                 | горошек зеленый консерв.               | 24        | 2,16                     |              |       |       |          |        |      |
|                    |  |                 | масло растительное                     | 8         | 1,04                     |              |       |       |          |        |      |
|                    | 1 блюдо                                | 63/72           | суп картофельный с бобовыми и гречками | 250       | 10,64                    | 11,7         | 2,6   | 2,5   | 18,8     |        |      |
|                    |  |                 | картофель                              | 62,5      | 2,31                     |              |       |       |          |        |      |
|                    |  |                 | лук реп.                               | 12        | 0,48                     |              |       |       |          |        |      |
|                    |  |                 | морковь                                | 16        | 0,96                     |              |       |       |          |        |      |
|                    |  |                 | масло сливочное                        | 5         | 4,40                     |              |       |       |          |        |      |
|                    |  |                 | горох                                  | 20        | 1,20                     |              |       |       |          |        |      |
|                    | 2 блюдо                                | 115/131         | рагу овощное с мясом                   | 150       | 58,98                    | 355,2        | 12,3  | 9     | 18       |        |      |
|                    |  |                 | Филе куриной грудки                    | 97        | 46,56                    |              |       |       |          |        |      |
|                    |  |                 | мука                                   | 2         | 0,13                     |              |       |       |          |        |      |
|                    |  |                 | картофель                              | 79        | 2,92                     |              |       |       |          |        |      |
|                    |  |                 | Капуста белокачанная                   | 61        | 2,44                     |              |       |       |          |        |      |
|                    |  |                 | лук реп.                               | 28        | 1,12                     |              |       |       |          |        |      |
|                    |  |                 | морковь                                | 51        | 3,06                     |              |       |       |          |        |      |
|                    |  |                 | масло растительное                     | 6         | 0,78                     |              |       |       |          |        |      |
|                    |  |                 | томатна паста                          | 4,5       | 1,31                     |              |       |       |          |        |      |
|                    |  |                 | масло сливочное                        | 0,7       | 0,62                     |              |       |       |          |        |      |
|                    |  |                 | сахар                                  | 0,6       | 0,05                     |              |       |       |          |        |      |
|                    |  |                 | напиток                                | 276/303   | яблочно-лимонный напиток | 200          | 14,62 | 101   | 0,3      | 0,2    | 25,1 |
|                    |  |                 |  |           | 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                            | 40        | 1,40                     | 74,4         | 2,3   | 0,3   | 14,8     |        |      |
|                    | Итого                                  |                 |  |           |                          | 93,83        | 731   | 25,32 | 21,7     | 115,88 |      |
| Итого за весь день |  |                 |  |           | 197,22                   | 1440,33      | 41,33 | 40,03 | 187,33   |        |      |

## Основное организованное меню



| Школа      | МБОУ Целинная ОШ № 15 12-18 приходящие |                    |  | Отд./корп |                          |              | День    | Четверг |          |       |     |
|------------|--|--------------------|--|-----------|--------------------------|--------------|---------|---------|----------|-------|-----|
| Прием пищи | Раздел                                 | № рец.             | Блюдо                                  | Выход, г  | Цена                     | Калорийность | Белки   | Жиры    | Углеводы |       |     |
| Завтрак    | гор.блюдо                              | 185/208            | каша пшеничная молочная жидкая         | 200       | 18,62                    | 189          | 7,3     | 11      | 44       |       |     |
|            |  |                    | крупа пшено                            | 50        | 2,00                     |              |         |         |          |       |     |
|            |  |                    | молоко                                 | 126       | 11,97                    |              |         |         |          |       |     |
|            |  |                    | Сахар                                  | 6         | 0,49                     |              |         |         |          |       |     |
|            |  |                    | масло сливочное                        | 7         | 6,16                     |              |         |         |          |       |     |
|            | гор.напиток                            | 274/301            | какао с молоком                        | 200       | 10,92                    | 88           | 3,3     | 2,5     | 13,7     |       |     |
|            |  |                    | какао порошок                          | 4         | 0,60                     |              |         |         |          |       |     |
|            |  |                    | молоко                                 | 100       | 9,50                     |              |         |         |          |       |     |
|            |  |                    |  | Сахар     | 10                       | 0,82         |         |         |          |       |     |
|            | напиток                                | г.п.               | кефир                                  | 200       | 18,00                    | 100          | 5,8     | 5       | 8        |       |     |
|            | Фрукт                                  | г.п.               | фрукт (Груша)                          | 200       | 44,00                    | 34,13        | 0,3     | 0,23    | 7,35     |       |     |
| хлеб       | 1/9                                    | бутерброд с маслом | 50/20                                  | 19,25     | 165                      | 4            | 16,7    | 23,8    |          |       |     |
|            |  | хлеб               | 50                                     | 1,65      |                          |              |         |         |          |       |     |
|            |  | масло сливочное    | 20                                     | 17,60     |                          |              |         |         |          |       |     |
| Итого      |  |                    |  | 110,79    | 576,13                   | 20,7         | 35,43   | 96,85   |          |       |     |
| Обед       | закуска                                | 36/44              | Салат картофельный с зеленым горошком  | 100       | 8,19                     | 98           | 3,3     | 5,4     | 10,8     |       |     |
|            |  |                    | яйцо                                   | 10        | 1,00                     |              |         |         |          |       |     |
|            |  |                    | лук реп.                               | 7         | 0,28                     |              |         |         |          |       |     |
|            |  |                    | картофель                              | 86        | 3,18                     |              |         |         |          |       |     |
|            |  |                    | горшек зеленый консерв.                | 27        | 2,43                     |              |         |         |          |       |     |
|            |  |                    | масло растительное                     | 10        | 1,30                     |              |         |         |          |       |     |
|            | 1 блюдо                                | 63/72              | суп картофельный с бобовыми и гречками | 250       | 10,64                    | 111,7        | 2,6     | 2,5     | 18,8     |       |     |
|            |  |                    | картофель                              | 62,5      | 2,31                     |              |         |         |          |       |     |
|            |  |                    | лук реп.                               | 12        | 0,48                     |              |         |         |          |       |     |
|            |  |                    | морковь                                | 16        | 0,96                     |              |         |         |          |       |     |
|            |  |                    | масло сливочное                        | 5         | 4,40                     |              |         |         |          |       |     |
|            |  |                    | горох                                  | 20        | 1,20                     |              |         |         |          |       |     |
|            |  |                    | хлеб пшеничный                         | 39        | 1,29                     |              |         |         |          |       |     |
|            | 2 блюдо                                | 115/131            | рагу овощное с мясом                   | 200       | 74,32                    | 144          | 4,8     | 6,2     | 15,8     |       |     |
|            |  |                    | мука                                   | 3         | 0,20                     |              |         |         |          |       |     |
|            |  |                    | картофель                              | 98        | 3,63                     |              |         |         |          |       |     |
|            |  |                    | Капуста белокачанная                   | 76        | 3,04                     |              |         |         |          |       |     |
|            |  |                    | лук реп.                               | 35        | 1,40                     |              |         |         |          |       |     |
|            |  |                    | морковь                                | 63        | 3,78                     |              |         |         |          |       |     |
|            |  |                    | масло растительное                     | 8         | 1,04                     |              |         |         |          |       |     |
|            |  |                    | томатна паста                          | 6         | 1,74                     |              |         |         |          |       |     |
|            |  |                    | филе курицы                            | 122       | 58,56                    |              |         |         |          |       |     |
|            |  |                    | масло сливочное                        | 1         | 0,88                     |              |         |         |          |       |     |
|            |  |                    | сахар                                  | 0,7       | 0,06                     |              |         |         |          |       |     |
|            |  |                    | напиток                                | 276/303   | яблочно-лимонный напиток | 200          | 14,62   | 101     | 0,3      | 0,2   | 2,5 |
|            |  |                    |  |           | 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                            | 40        | 1,40                     | 74,4         | 2,3     | 0,3     | 14,8     |       |     |
|            | Итого                                  |                    |  |           | 110,49                   | 622,6        | 16,8    | 15,1    | 86,85    |       |     |
|            | Итого за весь день                     |                    |  |           |                          | 221,28       | 1198,73 | 37,5    | 50,53    | 183,7 |     |

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 229723484149701461558283897186772312471353484434

Владелец Делявская Наталья Анатольевна

Действителен с 28.11.2024 по 28.11.2025