

**Основное организованное меню**

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

Вторник  
22.10.2024

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 приходящие			Отд./корп				День	Вторник 22.10.2024		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор. Блюдо	125/238	Каша гречневая молочная вязкая	180/5	25,157	145	8,2	8	33,4		
			молоко	120	11,4						
			гречка	63	3,465						
			сахар	6	0,492						
			масло сливочное	7	6,16						
			Кофейный напиток на молоке	200	11,26	94	2,9	2,8	11,2		
		272/29	Кофейный напиток	8	0,64						
			сахар	10	0,82						
			молоко	100	9,8						
			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>113,897</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	10,372	99	4,2	9,2	5,7		
			капуста белокачанная	84	3,612						
			гороше консерв.	20	1,8						
			яйцо	40	4						
			масло растительное	8	0,96						
			1 блюдо	65/78	Борщ с капустой и картофелем	300	14,91	165	2,8	5,6	8,3
					капуста белокачанная	30	1,29				
					картофель	48	1,776				
					морковь	16	0,96				
					лук реп.	14	0,602				
					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	33,44	315	20,1	15,3	17		
			Котлета	100	31						
			соус	5,3	2,435						
			лук реп.	1	0,043						
			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	51
	Макароны	64			3,584						
	масло сливочное	5			4,4						
	напиток	278/303	Напиток Яблочно-лимонный	200	15,42	101	0,3	0,2	0,8		
			Яблоко	57	10,26						
			лимон	16	3,52						
			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>84,14</b>	<b>1111,7</b>	<b>40,45</b>	<b>37,35</b>	<b>114,35</b>		
<b>Итого за весь день</b>					<b>198,04</b>	<b>1660,7</b>	<b>65,05</b>	<b>56,71</b>	<b>183,69</b>		

Основное организованное меню

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



Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15		7-11 лет проживающие		Отд./корп	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	День	Вторник 22.10.2024г.
Приним пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	День	Вторник 22.10.2024г.	
Завтрак	гор. Блюдо	125/238	Каша гречневая молочная вязкая	150/5	55,313	158	8,2	8	33,4			
Завтрак			гречка	45	2,475							
Завтрак			сахар	5	0,41							
Завтрак			молоко	86	8,428							
Завтрак			масло сливочное	5	44							
Завтрак	гор. Блюдо	125/238	Сырники из творога	100/10	84,93	125	25	15	20			
			творог	135	75,6							
			Яйцо	1/8шт	0,96							
			мука	20	1,3							
			сахар	15	1,23							
			масло сливочное	5	4,4							
			сгущеное молоко	10	1,44							
	гор.напиток	272/29	кофейный напиток на молоке	200	10,812	94	2,9	2,8	11,2			
			кофейный напиток	2,4	0,192							
			молоко	100	9,8							
			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							
<b>Итого</b>					<b>106,192</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	12,554	92	4,2	9,2	5,7			
			капуста белокачанная	68	2,924							
			лук	20	0,86							
			гороше консерв.	34	3,06							
			яйцо	40	4,8							
			масло растительное	7	0,91							
	1 блюдо	65/78	Борщ с капустой и картофелем	200	10,568	110	1,9	6,6	10,13			
			капуста белокачанная	20	0,86							
			картофель	21	0,777							
			морковь	10	0,6							
			свекла	42	2,1							
			сахар	2	0,164							
			лук реп.	9	0,387							
			масло растительное	4	0,52							
			томатна паста	3	1,16							
			сметана	8	4							
	2 блюдо	99/113	Котлета с соусом	90	32,4577	118,3	12	11	11			
			котлета	100	31							
			соус	12,3	1,4577							
			лук реп.	0,5	0,215							
			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	15,42	101	0,3	0,2	0,8			
			Яблоко	57	10,26							
			лимон	16	3,52							
			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>77,04</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	98,9842	268,2	11,2	17,91	6,3			
			лук реп.	15,4	0,6622							
			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	6,02	69	1,6	1,8	12,4			
			чай	0,4	0,3							
			Сахар	10	0,82							
			молоко	50	4,9							
<b>Итого</b>					<b>122,3042</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	9,6	125,1	2,18	0,53	125,1			
<b>Итого</b>					<b>27,6</b>	<b>225,1</b>	<b>7,98</b>	<b>5,53</b>	<b>133,1</b>			
<b>Итого за весь день</b>					<b>390,29</b>	<b>2451,21</b>	<b>106,34</b>	<b>96,93</b>	<b>396,583</b>			



### Основное организованное меню

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

Школа		МБОУ Целинная ОШИ № 15			Отд./корп																					
1-4 классы																										
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы																	
Завтрак	гор. Блюдо	125/238	каша гречневая	180/5	15,713	158	8,2	8	33,4																	
			молочная вязкая																							
			гречка																							
			сахар																							
			молоко																							
			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>73,763</b>	<b>472</b>	<b>21,7</b>	<b>16,56</b>	<b>58,14</b>																	
<b>Обед</b>																										
Завтрак	закуска	39/47	салат "из белокачанной	60	12,944	92	4,2	9,2	5,7																	
			капусты с зеленым гор."																							
										капуста белокачанная	68	2,924														
										лук реп.	20	0,86														
										гороше консерв.	34	3,06														
										яйцо	40	4,8														
										масло растительное	10	1,3														
			1 блюдо							65/78		Борщ с капустой и	200	5,9	110	2,13	5,63	10,13								
												картофелем														
																			капуста белокачанная	20	0,86					
																			картофель	21	0,777					
																			морковь	10	0,6					
																			лук реп.	9	0,387					
																			масло растительное	4	0,52					
																			свекла	42	2,1					
																			сметана	8	4					
																			томатна паста	3	2,32					
										сахар	2	0,656														
			2 блюдо							93/107		Котлета с соусом	80/30	36,0227	118,3	12	11	11								
																			Котлета	100	31					
	Соус	12,3		2,6106																						
	лук реп.	0,5		0,0215																						
	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	15,42	101	0,3	0,2	0,8																	
										лимонный																
										Яблоко	57	10,26														
										лимон	16	3,52														
			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>79,41</b>	<b>827</b>	<b>31,68</b>	<b>33,08</b>	<b>110,18</b>																	
<b>Итого за весь день</b>					<b>153,17</b>	<b>1299</b>	<b>53,38</b>	<b>49,64</b>	<b>168,32</b>																	



Основное организованное меню										
Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет проживающие			Отд./корп				Утверждаю директор МБОУ Целинной ОШИ №15 Н.А. Делявская		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор. Блюдо	125/238	Каша гречневая молочная	180/5	20,117	240	8,2	8	33,4	
			вязкая							
			гречка	63	3,465					
			молоко	120	11,76					
			сахар	6	0,492					
	гор.напиток	272/29	масло сливочное	5	4,4					
			кофейный напиток на молоке	200	42,44	94	2,9	2,8	11,2	
			кофейный напиток	8	0,64					
			молоко	100	9,8					
			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					
			<b>Итого</b>			<b>83,127</b>	<b>626</b>	<b>43,7</b>	<b>30,1</b>	<b>81,8</b>
Обед	закуска	39/47	салат "из белокочанной	100	13,012	122	4,2	9,2	5,7	
			капусты с зелюгорошком"	84	3,612					
			капуста белокочанная	25	1,5					
			морковь	20	1,8					
			гороше консерв.	40	4,8					
	1 блюдо	65/78	яйцо	8	1,3					
			масло растительное	300	9,031	165	2,8	5,6	8,3	
			Борщ	30	1,29					
			капуста белокочанная	32	1,184					
			картофель	16	0,96					
			морковь	14	0,602					
			лук реп.	6	0,78					
			масло растительное	64	3,2					
			свекла	10	5					
			сметана	3,5	0,287					
	2 блюдо	202/225	сахар	3,5	0,287					
			томатна паста	3,5	1,015					
			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	35,09	315	20,1	15,3	17	
			котлета	100	31					
			соус	10	4,09					
			лук реп.	1	0,043					
			морковь	3	0,18					
			масло сливочное	2,7	2,376					
			томатна паста	5	1,45					
	напиток	278/303	сахар	0,5	0,041					
			Напиток Яблочно-лимонный	200	15,42	101	0,3	0,2	0,8	
			Яблоко	57	10,26					
хлеб бел.	г.п.	лимон	16	3,52						
		Сахар	20	1,64						
		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>82,56</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	200	16	92	1	0	25,4	
			сладкое	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	110,5271	315	4,3	0	37,8	
			Филе куриное	220	105,6					
			лук реп.	18,7	0,8041					
			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.	40	1,32	93,5	3,5	0,5	24,15	
			хлеб черн.	40	1,4	74,4	2,3	0,3	14,8	
	гор. Напиток	269//296	хлеб ржаной	200	6,02	35	0,1	0,03	9,9	
			чай с молоком	0,4	0,3					
			чай	10	0,82					
<b>Итого</b>			Сахар	50	4,9					
			молоко							
			<b>Итого</b>			<b>125,9271</b>	<b>694,3</b>	<b>14,5</b>	<b>0,33</b>	<b>124,45</b>
завтрак 2	кисломолочный напиток	г.п.	кефир	200	18	100	5,8	5	8	
			сладкое	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>379,36</b>	<b>2965,9</b>	<b>113</b>	<b>80,63</b>	<b>413,42</b>		

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 229723484149701461558283897186772312471353484434

Владелец Делявская Наталья Анатольевна

Действителен с 28.11.2024 по 28.11.2025