



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

Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15							День	Понедельник		
7-11 лет проживающие											
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор.блюдо	173/196	Каша рисовая вязкая	180/5	31,83	218	5	7	29,2		
			масло сливочное	5	4,40						
			рис	55	6,93						
			молоко	205	20,09						
			сахар	5	0,41						
	напиток	272/299	Кофейный напиток на молоке	200	11,02	109	3,2	2,8	18,5		
			кофейный напиток	2	0,40						
			сахар	10	0,82						
			молоко	100	9,80						
	хлеб	231/254	блины с маслом	80	8,65	80,8	2,32	4,08	12,72		
			мука	50	3,25						
			сахар	2	0,16						
			соль	1	0,04						
			дрожжи	0,5	0,01						
масло растительное			5	0,39							
г.п			яйцо вареное	40	4,80	63	5,08	4,6	0,28		
Итого				56,30	470,8	15,6	18,48	60,7			
Обед	закуска	36/44	Винегрет овощной с фасолью	100	12,37	95,2	4,32	17,9	15,3		
			картофель отварной	20	0,74						
			лук реп.	12	0,52						
			масло растительное	8	1,04						
			морковь	8	0,48						
			свекла	14	0,70						
			фасоль консервированная	26	2,42						
			огурец соленый	18	6,48						
			1 блюдо	60/73	суп картофельный с лапшой	200	5,42	88	2,24	2,2	11,24
			картофель		60	2,22					
	морковь	8	0,48								
	лук реп.	8	0,34								
	масло растительное	2	0,26								
	2 блюдо	93/107	Гуляш из отварной курицы	90	51,48	268,2	11,2	17,91	6,3		
			Филе курицы	100	48,00						
			морковь	13,5	0,81						
			лук реп.	11,2	0,48						
			мука	3,3	0,21						
			томатна паста	3,3	0,96						
	гарнир	202/225	картофель отварной с маслом	180/4	14,99	151	3,5	3,8	25		
			картофель	310	11,47						
			масло сливочное	4	3,52						
	напиток	276/303	яблочно-лимонный напиток	200	15,42	78	0,3	0,2	25,1		
			яблоко	57	10,26						
			сахар	20	1,64						
			лимон	16	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	1,40	74,4	2,3	0,3	14,8		
	Итого				102,41	848,3	27,36	42,81	121,89		
	Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (банан)	100	18	96	1,13	0,38	14,25	
напиток		г.п.	сок фруктовый	200	16	92	1	0	25,4		
сладкое		г.п.	пряник	50	7,5	200	1,8	6,5	34		
Итого				41,5	388	3,93	6,88	73,65			
Салат	39/47	Салат Студенческий	80/30	11,144	137	3,8	10,5	6,8			
		картофель	62	2,294							
		Морковь	27,5	1,65							
		зеленый горошек	27	5,4							
		яйцо	15	1,8							
		гарнир	99/113	Биточки мясные с соусом	80/30	39,7766	200	13,8	11,1	11,1	
				Биточки	80	37,28					
				соус	12,3	2,4966					
				лук реп.	0,5	0,0215					
				томатна паста	3	0,87					
				масло сливочное	1,7	1,496					
				мука	1,3	0,0845					
		гор.блюдо	166/189	Каша перловая рассыпчат	150	8,965	76,5	4,2	5,7	2,4	
Перловка	67	3,685									
хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	35	1,12	119,09	3,45	1,36	23,36			
хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	35	1,19	74,4	2,3	0,3	14,8			
гор. Напиток	269/296	чай с сахаром	200	1,12	35	0,1	0,03	9,9			
чай		0,4	0,3								
сахар		10	0,82								
Итого				63,3156	641,99	23,85	18,49	61,56			
завтрак 2	кисломолочный напиток	г.п.	Кефир	200	18	100	5,8	5			
	сладкое	г.п.	Печенье сахарное	30	9,6	125,1	2,18	2,85	125,1		
Итого				27,6	225,1	7,98	86,66	317,8			
Итого за весь день				291,12	2574,19	78,72	173,32	635,6			

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

Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 приходящие		Отд./корп				День	Понедельник 15.10.2024г				
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	гор.блюдо	173/196	Каша рисовая вязкая	15	24,35	270,8	5,1	15,3	29,3			
			масло сливочное	5	4,40							
			рис	40	5,04							
			молоко	148	14,50							
			сахар	5	0,41							
	Фрукт	г.п		фрукт (банан)	190	34,20	70,88	1,13	0,38	14,25		
	напиток	г.п		кефир	200	18,00	100	5,8	5	8		
				бтерброд с маслом	3	3,63	106	5	3	14,5		
				масло сливочное	3	2,64						
				г.п		хлеб пшеничный	30	0,99				
Итого					80,18	547,68	17,03	23,68	66,05			
Обед	закуска	36/44	Винегрет овощной с фасолью	100	12,04	95,2	4,32	17,9	15,03			
			картофель отварной	20	0,74							
			лук реп.	6	0,26							
			масло растительное	8	1,04							
			Фасоль консерв.	24	2,42							
			огурец соленый	18	6,48							
			свекла	14	0,70							
			морковь	8	0,40							
			1 блюдо	60/73		суп картофельный с лапшой	200	5,42	88	2,24	2,2	11,24
						картофель	60	2,22				
	морковь	8				0,48						
	лук реп.	8				0,34						
	масло растительное	2				0,26						
	2 блюдо	119/135		Гуляш из мяса птицы	90	101,54	268,2	11,2	17,91	6,3		
				Филе куриное	198	95,04						
				морковь	19,1	1,15						
				мука	3,3	0,21						
				томатная паста	3,3	0,96						
				лук реп.	15,4	0,66						
				масло сливочное	4	3,52						
	гарнир	202/225		картофель отварной	150	14,99	121	3,5	3,8	25		
				Картофель	310	11,47						
				масло сливочное	4	3,52						
	напиток	276/303		яблочно-лимонный напиток	200	15,42	78	0,3	0,2	25,1		
				яблоко	57	10,26						
				сахар	20	1,64						
				лимон	16	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	1,40	74,4	2,3	0,3
	Итого					152,13	818,3	27,36	42,81	121,62		
Итого за весь день					232,31	1365,98	44,39	66,49	187,67			

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

Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет проживающие			Отд./корп	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	Понедельник 14.10.2024г
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	Понедельник 14.10.2024г	
Завтрак	гор.блюдо	173/196	Каша рисовая вязкая	250	33,67	296	9,7	12	54,4		
			масло сливочное	7	6,16						
			рис	55	6,93						
			молоко	205	20,09						
			сахар	6	0,49						
	гор.напиток	272/299	кофейный напиток на молоке	200	10,96	109	3,2	2,8	18,5		
			молоко	100	9,50						
			кофейный напиток	8	0,64						
			сахар	10	0,82						
	хлеб	231/254	блины с маслом	100	8,87	226	5,4	7,6	33,4		
			мука	50	3,25						
			сахар	2	0,16						
			соль	1	0,04						
			дрожжи	1	0,03						
масло растительное			3	0,39							
масло сливочное			5	4,40							
яйцо вареное			40	0,60							
Итого					53,50	631	18,3	22,4	106,3		
Обед	закуска	43/51	Винегрет овощной с фасолью	100	26,46	95,2	4,32	17,9	15,03		
			картофель отварной	25	0,93						
			лук реп.	14	0,60						
			масло растительное	10	13,00						
			фасоль консервированная	27	2,51						
			морковь	10	0,60						
			свекла	18	0,90						
			огурец соленый	22	7,92						
	1 блюдо	60/73	суп картофельный с лапшой	250	7,99	110	2,8	2,75	17,8		
			картофель	93	3,44						
			морковь	12,5	0,75						
			лук реп.	11,5	0,49						
			масло растительное	3	0,65						
	2 блюдо	93/107	лапша	10	2,65						
			Гуляш из отварной курицы	100	109,82	323	22,5	19,9	7		
			Филе курицы	220	105,60						
			морковь	17	1,02						
			лук реп.	11,2	0,48						
			томатна паста	4	1,16						
			масло растительное	10	1,30						
	гарнир	129/151	картофель отварной с маслом	180/7	6,77	207	11,5	6,4	32		
			картофель	310	2,37						
			масло сливочное	5	4,40						
	напиток	276/303	яблочно-лимонный напиток	200	15,42	101	0,3	0,2	2,5		
			яблоко	57	10,26						
			сахар	20	1,64						
			лимон	16	3,52						
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	50	1,65	245	7	1,2	50,8		
хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	40	1,40	74,4	2,3	0,3	14,8			
Итого					169,50	1155,6	50,72	48,65	139,93		
Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (банан)	150	34,2	144	2,3	0,8	31,5		
	напиток	г.п.	сок фруктовый	200	16	92	1	0	25,4		
	сладкое	г.п.	пряник	50	12,5	200	1,8	6,5	34		
Итого					62,7	436	5,1	7,3	90,9		
Завтрак 2	закуска	39/47	Салат Студенческий	100	7,545	137	3,8	10,5	6,8		
			картофель	45	1,665						
			морковь	27,5	1,65						
			зеленый горошек консерв.	27	2,43						
			яйцо вареное	15	1,8						
	гарнир	99/113	Биточки мясные с маслом	120/50	49,97	315	21,1	15	14,2		
			Биточки	100	46,6						
			Соус	5,3	3,37						
			лук реп.	1	0,043						
			томатна паста	5	1,45						
			масло сливочное	0,7	0,616						
			мука	2	0,13						
			морковь	3	0,18						
			сахар	0,5	0,041						
			масло растительное	7	0,91						
гор.блюдо	166/189	Каша перловая рассыпчатая	200	8,965	240	21,1	15	14,2			
		перловка	67	3,685							
		масло сливочное	6	5,28							
		хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	55	1,815	131	3,8	1,8	25,7	
		хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	40	1,4	74,4	2,3	0,3	14,8	
гор. Напиток	269/296	чай с сахаром	200	1,12	35	0,1	0,03	9,9			
		чай	0,4	0,3							
		сахар	10	0,82							
Итого					63,27	795,4	48,4	32,13	78,8		
завтрак 2	кисломолочный напиток	г.п.	кефир	200	18	100	5,8	5	8		
	сладкое	г.п.	Печенье сахарное	40	12,8	166,8	2,9	3,8	166,8		
Итого					30,8	266,8	8,7	8,8	174,8		
Итого за весь день					379,77	3284,8	131,22	119,28	590,73		

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

Основное организованное меню

Школа		МБОУ Целинная ОШИ № 15			Отд./корп		День		Понедельник	
12-18 лет приходящие									14.10.2024г.	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	173/196	Каша рисовая вязкая	250	33,67	296	9,7	12	54,4	
			масло сливочное	7	6,16					
			рис	55	6,93					
			молоко	205	20,09					
	напиток	г.п	кефир	200	18,00	100	5,8	5	8	
				фрукт	г.п	Фрукт (банан)	200	36,00	179,3	1,13
		02.окт		Бутерброд с маслом	200	4,57	328	6,7	9,6	13,2
				масло сливочное	5	4,40				
				хлеб пшеничный	40	0,17				
				Итого			92,24	903,3	23,33	26,98
Обед	закуска	43/51	Винегрет овощной с фасолью	100	3,47	95,2	4,32	17,9	15,03	
			картофель отварной	25	0,93					
			лук реп.	14	0,60					
			масло растительное	10	1,30					
			Фасоль консерв.	30	2,79					
			свекла	18	0,90					
			морковь	10,7	0,64					
			1 блюдо	60/73	суп картофельный с лапшой	250	7,73	110	2,8	2,75
				картофель	93	3,44				
				морковь	12,5	0,75				
				лук реп.	11,5	0,49				
				масло растительное	3	0,39				
	2 блюдо	119/135		лапша	10	2,65				
				Гуляш из мяса птицы	100	110,46	323	22,5	19,9	7
				Филе курицы	220	105,60				
				мука	4	0,26				
				лук реп.	18,7	0,80				
				морковь	22,3	1,34				
	гарнир	202/169		масло растительное	10	1,30				
				томатная паста	4	1,16				
				картофель отварной	180	14,99	151	3,5	3,8	25
				картофель	310	11,47				
	напиток	276/303		масло сливочное	4	3,52				
				яблочно-лимонный напиток	200	15,42	101	0,3	0,2	2,5
				яблоко	57	10,26				
				сахар	20	1,64				
				лимон	16	3,52				
				хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,32	93,5	3,5
	хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	40	1,40	74,4	2,3	0,3	14,8	
	Итого				45,48	948,1	39,22	45,35	106,28	
	Итого за весь день				137,72	1851,4	62,55	72,33	196,13	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 229723484149701461558283897186772312471353484434

Владелец Делявская Наталья Анатольевна

Действителен с 28.11.2024 по 28.11.2025