

Основное организованное меню									Утверждаю	
МБОУ Целинная ОШИ № 15									директор МБОУ	
Школа 12-18 лет проживающие									Целинная ОШИ №15	
									Н.А. Делявская	
									Вторник	
									08.10.2024г.	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
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					
Итого					83,144	626	43,7	30,1	81,8	
Обед	закуска	39/47	салат "из белокочанной капусты с зеленогорошком"	100	11,96	122	4,2	9,2	5,7	
			капуста белокочанная	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
			капуста белокочанная	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	
Итого					79,57	1134,7	40,45	37,35	114,35	
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	
Итого					57,15	281	4,44	4,34	27,703	
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				
	Итого					125,721	694,3	14,5	0,83	124,45
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	
Итого					30,6	266,8	8,7	5,7	174,8	
Итого за весь день					376,19	2965,9	113	80,63	413,42	

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

Вторник
08.10.2024г.



Основное организованное меню

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



Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15		7-11 лет проживающие		Отд./корп	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
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	
			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.	бутерброд с сыром	30/10.	10,45	106	5	3	14,5	
			хлеб пшеничный	30	0,99					
			сыр	11/01.	9,46					
Итого					105,7272	483	41,1	28,8	79,1	
Обед	закуска	39/47	салат "Из белокочанной капусты с зеленым горошком"	60	11,49	92	4,2	9,2	5,7	
			капуста белокочанная	68	2,72					
			лук	20	0,8					
			гороше 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 белокочанная	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	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	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	
Итого					74,08	827	31,45	34,25	110,18	
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	
Итого					57,15	281	4,44	4,34	27,703	
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					
Итого					122,108	635,11	21,37	24,21	46,5	
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	
Итого					27,45	225,1	7,98	5,53	133,1	
Итого за весь день					386,51	2451,21	106,34	96,93	396,583	

Основное организованное меню

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

Вторник
08.10.2024

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 молочная вязкая	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				
			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					
Итого				114,29	549	24,6	19,36	69,34	
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
	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	
Итого				82,03	1111,7	40,45	37,35	114,35	
Итого за весь день					196,32	1660,7	65,05	56,71	183,69

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 229723484149701461558283897186772312471353484434

Владелец Делявская Наталья Анатольевна

Действителен с 28.11.2024 по 28.11.2025