

		Основное организованное меню				Утверждаю _____ директор МБОУ Целинной ОШИ №15 Н.А. Делявская				
Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 приходящие			Отд./корп				День	Вторник 05.11.2024	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор. Блюдо	125/238	Каша гречневая молочная	180/5	25,157	145	8,2	8	33,4	
			вязкая	120	11,4					
			молоко	63	3,465					
			гречка	6	0,492					
			сахар	7	6,16					
		272/29	Кофейный напиток на	200	11,26	94	2,9	2,8	11,2	
	молоке		8	0,64						
	Кофейный напиток		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					
Итого					113,897	549	24,6	19,36	69,34	
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	300	14,91	165	2,8	5,6	8,3	
			картофелем	30	1,29					
			капуста белокачанная	48	1,776					
			картофель	16	0,96					
			морковь	14	0,602					
			лук реп.	6	0,78					
			масло растительное	64	3,2					
			свекла	3,5	1,015					
			томатная паста	10	5					
			сметана	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					
						Макароны отварные с				
	гарнир	129/151	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-	200	15,42	101	0,3	0,2	0,8	
			лимонный	57	10,26					
			Яблоко	16	3,52					
лимон			20	1,64						
			Сахар	40	1,32	93,5	3,5	0,5	24,15	
хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	20	0,7	37,2	1,15	0,15	7,4		
хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной								
Итого				84,14	1111,7	40,45	37,35	114,35		
Итого за весь день					198,04	1660,7	65,05	56,71	183,69	



Школа		Основное организованное меню					Утверждаю Директор МБОУ Целинной ОШИ №15 Н.А. Делявская		
МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 лет проживающие				Отд./корп			День	Вторник 05.11.2024г	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
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				
			стуженое 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				
Итого					106,192	483	41,1	28,8	79,1
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				
			горохе 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	макароны отварные с маслом	200/10	4,024	275	8,4	6,4	51
			макароны	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
Итого					77,04	827	31,45	34,05	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	98,9842	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				
Итого					122,3042	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	9,6	125,1	2,18	0,53	125,1
Итого					27,6	225,1	7,98	5,53	133,1
Итого за весь день					390,29	2451,21	106,34	96,93	396,583

Основное организованное меню

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

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 (Апельсин)							200	29,6	108	2,7	0,56	2,24				
			кефир							200	18	100	5,8	5	8				
			бутерброд с сыром							30/10.	10,45	106	5	3	14,5				
хлеб пшеничный	30	0,99																	
			сыр	11/01.	9,46														
Итого					73,763	472	21,7	16,56	58,14										
Обед																			
закуска	39/47		салат "из белокачанной	60	12,944	92	4,2	9,2	5,7										
			капуста белокачанная																
			лук реп.																
			гороше консерв.																
			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											
Итого					79,41	827	31,68	33,08	110,18										
Итого за весь день					153,17	1299	53,38	49,64	168,32										

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

Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 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	180/5	20,117	240	8,2	8	33,4		
			гречка	63	3,465						
			молоко	120	11,76						
			сахар	6	0,492						
			масло сливочное	5	4,4						
			гор.напиток	272/29	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				
			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				83,127	626	43,7	30,1	81,8			
Обед	закуска	39/47	салат "из белокачанной капусты с зелюгорошком"	100	13,012	122	4,2	9,2	5,7		
			капуста белокачанная	84	3,612						
			морковь	25	1,5						
			гороше консерв.	20	1,8						
			яйцо	40	4,8						
			масло растительное	8	1,3						
			1 блюдо	65/78	Борщ	300	9,031	165	2,8	5,6	8,3
					капуста белокачанная	30	1,29				
					картофель	32	1,184				
					морковь	16	0,96				
	лук реп.	14			0,602						
	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	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				
	сахар	0,5			0,041						
	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			
Итого				82,56	1134,7	40,45	37,35	114,35			
Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (Апельсин)	200	29,6	108	2,7	0,56	2,14		
	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	110,5271	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.	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	6,02	35	0,1	0,03	9,9		
			чай	0,4	0,3						
			Сахар	10	0,82						
молоко			50	4,9							
Итого						125,9271	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					379,36	2965,9	113	80,63	413,42		

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 229723484149701461558283897186772312471353484434

Владелец Делявская Наталья Анатольевна

Действителен с 28.11.2024 по 28.11.2025