

| | | Основное организованное меню | | | | Утверждаю директор МБОУ Целинной ОШИ №15 Н.А. Делявская | | | | |
|--------------------|--|------------------------------|--|----------------------------|----------------------------|---|--------------|-----------------------|---------------|------|
| Школа | МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 приходящие | | | Отд./корп | | | День | Вторник 17.12.2024 | | |
| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы | |
| Завтрак | гор. Блюдо | 125/238 | Каша гречневая молочная вязкая | 180/5 | 25,541 | 145 | 8,2 | 8 | 33,4 | |
| | | | молоко | 120 | 11,76 | | | | | |
| | | | гречка | 63 | 3,465 | | | | | |
| | | | сахар | 6 | 0,516 | | | | | |
| | | | масло сливочное | 7 | 7,7 | | | | | |
| | | | 272/29 | Кофейный напиток на молоке | 200 | 11,3 | 94 | 2,9 | 2,8 | 11,2 |
| | | Кофейный напиток | | 8 | 0,64 | | | | | |
| | | сахар | | 10 | 0,86 | | | | | |
| | | молоко | | 100 | 9,8 | | | | | |
| | | напиток | г.п. | кефир | 200 | 18,4 | 100 | 5,8 | 5 | 8 |
| | | Фрукт | г.п. | Фрукт (Апельсин) | 200 | 52 | 108 | 2,7 | 0,56 | 2,24 |
| | | хлеб | 3/11. | бутерброд с сыром | 50/20. | 21,72 | 102 | 5 | 3 | 14,5 |
| | хлеб пшеничный | | | 50 | 1,7 | | | | | |
| | сыр | | | 22/01. | 20,02 | | | | | |
| Итого | | | | | 139,381 | 549 | 24,6 | 19,36 | 69,34 | |
| Обед | закуска | сен.17 | Салат "Из белокачанной капусты с зеленым горошком" | 100 | 11,456 | 99 | 4,2 | 9,2 | 5,7 | |
| | | | капуста белокачанная | 84 | 3,696 | | | | | |
| | | | гороше консерв. | 20 | 1,8 | | | | | |
| | | | яйцо | 40 | 4,8 | | | | | |
| | | | масло растительное | 8 | 1,16 | | | | | |
| | 1 блюдо | 65/78 | Борщ с капустой и картофелем | 300 | 15,881 | 165 | 2,8 | 5,6 | 8,3 | |
| | | | капуста белокачанная | 30 | 1,32 | | | | | |
| | | | картофель | 48 | 2,16 | | | | | |
| | | | морковь | 16 | 0,96 | | | | | |
| | | | лук реп. | 14 | 0,616 | | | | | |
| | | | масло растительное | 6 | 0,87 | | | | | |
| | | | свекла | 64 | 3,2 | | | | | |
| | | | томатная паста | 3,5 | 1,0255 | | | | | |
| | | | сметана | 10 | 5,4285 | | | | | |
| | | | сахар | 3,5 | 0,301 | | | | | |
| | | | 2 блюдо | 129/151 | Котлета с соусом | 120/50 | 33,63 | 315 | 20,1 | 15,3 |
| | Котлета | 100 | | | 31 | | | | | |
| | соус | 5,3 | | | 2,632 | | | | | |
| | лук реп. | 1 | | | 0,044 | | | | | |
| | морковь | 3 | | | 0,18 | | | | | |
| | томатна паста | 5 | | | 1,465 | | | | | |
| | масло сливочное | 0,7 | | | 0,77 | | | | | |
| | сахар | 0,5 | | | 0,043 | | | | | |
| | мука | 2 | | | 0,13 | | | | | |
| | гарнир | 129/151 | | | Макароны отварные с маслом | 230/10 | 9,084 | 301 | 8,4 | 6,4 |
| | | | Макароны | 64 | 3,584 | | | | | |
| | | | масло сливочное | 5 | 5,5 | | | | | |
| | напиток | 278/303 | Напиток Яблочно-лимонный | 200 | 15,5 | 101 | 0,3 | 0,2 | 0,8 | |
| | | | Яблоко | 57 | 10,26 | | | | | |
| | | | лимон | 16 | 3,52 | | | | | |
| | | | Сахар | 20 | 1,72 | | | | | |
| | хлеб бел. | г.п. | хлеб пшеничный | 40 | 1,36 | 93,5 | 3,5 | 0,5 | 24,15 | |
| | | | хлеб черн. | г.п. | хлеб ржаной | 20 | 0,72 | 37,2 | 1,15 | 0,15 |
| Итого | | | | | 87,63 | 1111,7 | 40,45 | 37,35 | 114,35 | |
| Итого за весь день | | | | | 227,01 | 1660,7 | 65,05 | 56,71 | 183,69 | |

| Школа | | Основное организованное меню | | | | Утверждаю директор МБОУ Целинной ОШИ №15 Н.А. Дельская | | | |
|---------------------------|--|------------------------------|--|-----------|-----------------|--|---------------|---------------------|----------------|
| Школа | МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 лет проживающие | | | Отд./корп | | | День | Вторник 17.12.2024г | |
| Принем пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| Завтрак | гор. Блюдо | 125/238 | Каша гречневая молочная вязкая | 150/5 | 66,333 | 158 | 8,2 | 8 | 33,4 |
| Завтрак | | | гречка | 45 | 2,475 | | | | |
| Завтрак | | | сахар | 5 | 0,43 | | | | |
| Завтрак | | | молоко | 86 | 8,428 | | | | |
| Завтрак | | | масло сливочное | 5 | 55 | | | | |
| Завтрак | гор. Блюдо | 125/238 | Сырники из творога | 100/10 | 88,87 | 125 | 25 | 15 | 20 |
| | | | творог | 135 | 78,3 | | | | |
| | | | Яйцо | 1/шт | 0,96 | | | | |
| | | | мука | 20 | 1,3 | | | | |
| | | | сахар | 15 | 1,29 | | | | |
| | | | масло сливочное | 5 | 5,5 | | | | |
| | | | сгущенное молоко | 10 | 1,52 | | | | |
| | гор.напиток | 272/29 | кофейный напиток на молоке | 200 | 10,852 | 94 | 2,9 | 2,8 | 11,2 |
| | | | кофейный напиток | 2,4 | 0,192 | | | | |
| | | | молоко | 100 | 9,8 | | | | |
| | | | сахар | 10 | 0,86 | | | | |
| | хлеб | 3/11. | бутерброд с сыром | 30/10. | 11,03 | 106 | 5 | 3 | 14,5 |
| | | | хлеб пшеничный | 30 | 1,02 | | | | |
| | | | сыр | 11/01. | 10,01 | | | | |
| Итого | | | | | 110,752 | 483 | 41,1 | 28,8 | 79,1 |
| Обед | | | | | | | | | |
| | закуска | 39/47 | салат "Из белокочанной капусты с зеленым горошком" | 60 | 12,747 | 92 | 4,2 | 9,2 | 5,7 |
| | | | капуста белокочанная | 68 | 2,992 | | | | |
| | | | лук | 20 | 0,88 | | | | |
| | | | гороше консерв. | 34 | 3,06 | | | | |
| | | | яйцо | 40 | 4,8 | | | | |
| | | | масло растительное | 7 | 1,015 | | | | |
| | 1 блюдо | 65/78 | Борщ с капустой и картофелем | 200 | 11,1878 | 110 | 1,9 | 6,6 | 10,13 |
| | | | капуста белокочанная | 20 | 0,88 | | | | |
| | | | картофель | 21 | 0,945 | | | | |
| | | | морковь | 10 | 0,6 | | | | |
| | | | свекла | 42 | 2,1 | | | | |
| | | | сахар | 2 | 0,172 | | | | |
| | | | лук реп. | 9 | 0,396 | | | | |
| | | | масло растительное | 4 | 0,58 | | | | |
| | | | томатна паста | 3 | 1,172 | | | | |
| | | | сметана | 8 | 4,3428 | | | | |
| | 2 блюдо | 99/113 | Котлета с соусом | 90 | 32,5103 | 118,3 | 12 | 11 | 11 |
| | | | котлета | 100 | 31 | | | | |
| | | | соус | 12,3 | 1,5103 | | | | |
| | | | лук реп. | 0,5 | 0,22 | | | | |
| | | | томатна паста | 3 | 0,879 | | | | |
| | | | масло сливочное | 1,7 | 0,187 | | | | |
| | | | мука | 1,3 | 0,0845 | | | | |
| | | | морковь | 1,9 | 0,114 | | | | |
| | | | сахар | 0,3 | 0,0258 | | | | |
| | гарнир | 129/151 | макаронь отварные с маслом | 200/10 | 4,134 | 275 | 8,4 | 6,4 | 51 |
| | | | макаронь | 64 | 3,584 | | | | |
| | | | масло сливочное | 5 | 0,55 | | | | |
| | напиток | 278/303 | Напиток Яблочно-лимонный | 200 | 15,5 | 101 | 0,3 | 0,2 | 0,8 |
| | | | Яблоко | 57 | 10,26 | | | | |
| | | | лимон | 16 | 3,52 | | | | |
| | | | Сахар | 20 | 1,72 | | | | |
| | хлеб бел. | г.п. | хлеб пшеничный | 40 | 1,36 | 93,5 | 3,5 | 0,5 | 24,15 |
| | хлеб черн. | г.п. | хлеб ржаной | 20 | 0,72 | 37,2 | 1,15 | 0,15 | 7,4 |
| Итого | | | | | 78,16 | 827 | 31,45 | 34,05 | 110,18 |
| Полдник | | | | | | | | | |
| | фрукты | г.п. | фрукт свежий (Апельсин) | 200 | 52 | 108 | 2,7 | 0,56 | 2,24 |
| | напиток | г.п. | сок фруктовый | 200 | 16,6 | 92 | 1 | 0 | 25,4 |
| | сладкое | г.п. | Вафли | 35 | 11,55 | 81 | 0,74 | 3,78 | 0,063 |
| Итого | | | | | 80,15 | 281 | 4,44 | 4,34 | 27,703 |
| Ужин | | | | | | | | | |
| | закуска | 129/151 | Картофель отварной с маслом | 180 | 18,35 | 151 | 3,5 | 3,8 | 25 |
| | | | картофель | 310 | 13,95 | | | | |
| | | | масло сливочное | 4 | 4,4 | | | | |
| | гор.блюдо | 93/107 | Гуллиш из отварной курицы | 80/30 | 99,1265 | 268,2 | 11,2 | 17,91 | 6,3 |
| | | | лук реп. | 15,4 | 0,6776 | | | | |
| | | | томатна паста | 3,3 | 0,9669 | | | | |
| | | | морковь | 19,1 | 1,146 | | | | |
| | | | мука | 3,3 | 0,165 | | | | |
| | | | масло растительное | 7,8 | 1,131 | | | | |
| | | | филе куриное | 198 | 95,04 | | | | |
| | хлеб бел. | г.п. | хлеб пшеничный | 35 | 1,19 | 81,81 | 3,06 | 0,44 | 1,76 |
| | хлеб черн. | г.п. | хлеб ржаной | 35 | 1,26 | 65,1 | 2,01 | 0,26 | 1,04 |
| | гор. Напиток | 269//296 | чай с молоком | 200 | 6,0752 | 69 | 1,6 | 1,8 | 12,4 |
| | | | чай | 0,4 | 0,3152 | | | | |
| | | | Сахар | 10 | 0,86 | | | | |
| | | | молоко | 50 | 4,9 | | | | |
| Итого | | | | | 126,0017 | 635,11 | 21,37 | 24,21 | 46,5 |
| завтрак 2 | кисломолочный напиток | г.п. | Кефир | 200 | 18,4 | 100 | 5,8 | 5 | 8 |
| | сладкое | г.п. | Печенье сахарное | 30 | 9,6 | 125,1 | 2,18 | 0,53 | 125,1 |
| Итого | | | | | 28 | 225,1 | 7,98 | 5,53 | 133,1 |
| Итого за весь день | | | | | 423,06 | 2451,21 | 106,34 | 96,93 | 396,583 |

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

Основное организованное меню

| Школа | МБОУ Целинная ОШИ № 15 | | Отд./корп | | | | День | Вторник 17.12.2024г | | | |
|---------------------------|------------------------|---------|-------------------------|----------------------|---------------|--------------|--------------|------------------------|---------------|-------|--|
| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| Завтрак | гор. Блюдо | 125/238 | каша гречневая | 180/5 | 16,833 | 158 | 8,2 | 8 | 33,4 | | |
| | | | молочная вязкая | | | | | | | | |
| | | | гречка | 45 | 2,475 | | | | | | |
| | | | сахар | 5 | 0,43 | | | | | | |
| | | | молоко | 86 | 8,428 | | | | | | |
| | | | масло сливочное | 5 | 5,5 | | | | | | |
| | фрукт | г.п. | Фрукт (Апельсин) | 200 | 52 | 108 | 2,7 | 0,56 | 2,24 | | |
| | напиток | г.п. | кефир | 200 | 18,4 | 100 | 5,8 | 5 | 8 | | |
| | | 03.ноя | бутерброд с сыром | 30/10. | 11,03 | 106 | 5 | 3 | 14,5 | | |
| | | | хлеб пшеничный | 30 | 1,02 | | | | | | |
| | | | сыр | 11/01. | 10,01 | | | | | | |
| Итого | | | | | 98,263 | 472 | 21,7 | 16,56 | 58,14 | | |
| Обед | закуска | 39/47 | салат "из белокочанной | | | | | | | | |
| | | | капусты с зеленым гор." | 60 | 13,182 | 92 | 4,2 | 9,2 | 5,7 | | |
| | | | капуста белокочанная | 68 | 2,992 | | | | | | |
| | | | лук реп. | 20 | 0,88 | | | | | | |
| | | | гороше консерв. | 34 | 3,06 | | | | | | |
| | | | | яйцо | 40 | 4,8 | | | | | |
| | | | | масло растительное | 10 | 1,45 | | | | | |
| | 1 блюдо | 65/78 | | Борщ с капустой и | | | | | | | |
| | | | | картофелем | 200 | 6,189 | 110 | 2,13 | 5,63 | 10,13 | |
| | | | | капуста белокочанная | 20 | 0,88 | | | | | |
| | | | | картофель | 21 | 0,945 | | | | | |
| | | | | морковь | 10 | 0,6 | | | | | |
| | | | | лук реп. | 9 | 0,396 | | | | | |
| | | | | масло растительное | 4 | 0,58 | | | | | |
| | | | | свекла | 42 | 2,1 | | | | | |
| | | | | сметана | 8 | 4,3428 | | | | | |
| | | | | томатна паста | 3 | 2,344 | | | | | |
| | | | | сахар | 2 | 0,688 | | | | | |
| | 2 блюдо | 93/107 | | Котлета с соусом | 80/30 | 36,7921 | 118,3 | 12 | 11 | 11 | |
| | | | | Котлета | 100 | 31 | | | | | |
| | | | | Соус | 12,3 | 2,9953 | | | | | |
| | | | | лук реп. | 0,5 | 0,022 | | | | | |
| | | | | томатна паста | 3 | 0,879 | | | | | |
| | | | | масло сливочное | 1,7 | 1,87 | | | | | |
| | | | | мука | 1,3 | 0,0845 | | | | | |
| | | | | морковь | 1,9 | 0,114 | | | | | |
| | | | | сахар | 0,3 | 0,0258 | | | | | |
| | | | | | | | макароны | 64 | 3,584 | | |
| | гарнир | 129/151 | | Макароны с маслом | 200/10 | 7,984 | 275 | 8,4 | 6,4 | 51 | |
| | | | | макароны | 64 | 3,584 | | | | | |
| | | | | масло сливочное | 4 | 4,4 | | | | | |
| | напиток | 278/303 | | Напиток Яблочно- | | | | | | | |
| | | | | лимонный | 200 | 15,5 | 101 | 0,3 | 0,2 | 0,8 | |
| Яблоко | | | | 57 | 10,26 | | | | | | |
| лимон | | | | 16 | 3,52 | | | | | | |
| | | | Сахар | 20 | 1,72 | | | | | | |
| хлеб бел. | г.п. | | хлеб пшеничный | 40 | 1,36 | 93,5 | 3,5 | 0,5 | 24,15 | | |
| | | | хлеб ржаной | 20 | 0,72 | 37,2 | 1,15 | 0,15 | 7,4 | | |
| Итого | | | | | 81,73 | 827 | 31,68 | 33,08 | 110,18 | | |
| Итого за весь день | | | | | 179,99 | 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 | Калорийности | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | | | | День | Вторник 17.12.2024г | | |
| Завтрак | гор. Блюдо | 125/238 | Каша гречневая молочная вязкая | 180/5 | 21,241 | 240 | 8,2 | 8 | 33,4 | | |
| | | | гречка | 63 | 3,465 | | | | | | |
| | | | молоко | 120 | 11,76 | | | | | | |
| | | | сахар | 6 | 0,516 | | | | | | |
| | | | масло сливочное | 5 | 5,5 | | | | | | |
| | | | 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 | 0,86 | | | | | |
| | | | сырники из творога | | 100/10 | 32 | 125 | 25 | 15 | 20 | |
| хлеб | 3/11. | бутерброд с сыром | 50/20 | 21,72 | 167 | 7,6 | 4,3 | 17,2 | | | |
| | | хлеб пшеничный | 50 | 1,7 | | | | | | | |
| | | сыр | 22/01. | 20,02 | | | | | | | |
| Итого | | | | 85,401 | 626 | 43,7 | 30,1 | 81,8 | | | |
| Обед | закуска | 39/47 | салат "из белокочанной капусты с зелюгорошком" | 100 | 13,246 | 122 | 4,2 | 9,2 | 5,7 | | |
| | | | капуста белокочанная | 84 | 3,696 | | | | | | |
| | | | морковь | 25 | 1,5 | | | | | | |
| | | | гороше консерв. | 20 | 1,8 | | | | | | |
| | | | яйцо | 40 | 4,8 | | | | | | |
| | | | масло растительное | 8 | 1,45 | | | | | | |
| | | | 1 блюдо | 65/78 | Борщ | 300 | 9,4315 | 165 | 2,8 | 5,6 | 8,3 |
| | | | капуста белокочанная | | 30 | 1,32 | | | | | |
| | | | картофель | | 32 | 1,44 | | | | | |
| | | | морковь | | 16 | 0,96 | | | | | |
| | лук реп. | 14 | 0,616 | | | | | | | | |
| | масло растительное | 6 | 0,87 | | | | | | | | |
| | свекла | 64 | 3,2 | | | | | | | | |
| | сметана | 10 | 5,4285 | | | | | | | | |
| | сахар | 3,5 | 0,301 | | | | | | | | |
| | томатна паста | 3,5 | 1,0255 | | | | | | | | |
| | 2 блюдо | 202/225 | Макаронны отварные с маслом | 230/10 | 9,084 | 301 | 8,4 | 6,4 | 51 | | |
| | | | макаронны | 64 | 3,584 | | | | | | |
| | гарнир | 99/113 | масло сливочное | 5 | 5,5 | | | | | | |
| | | | Котлета с соусом | 120/50 | 35,702 | 315 | 20,1 | 15,3 | 17 | | |
| | | | котлета | 100 | 31 | | | | | | |
| | | | соус | 10 | 4,702 | | | | | | |
| | | | лук реп. | 1 | 0,044 | | | | | | |
| | | | морковь | 3 | 0,18 | | | | | | |
| | | | масло сливочное | 2,7 | 2,97 | | | | | | |
| | напиток | 278/303 | Напиток Яблочно-лимонный | 200 | 15,5 | 101 | 0,3 | 0,2 | 0,8 | | |
| | | | Яблоко | 57 | 10,26 | | | | | | |
| | | | лимон | 16 | 3,52 | | | | | | |
| | хлеб бел. | г.п. | хлеб пшеничный | 40 | 1,36 | 93,5 | 3,5 | 0,5 | 24,15 | | |
| | | | хлеб ржаной | 20 | 0,72 | 37,2 | 1,15 | 0,15 | 7,4 | | |
| хлеб черн. | г.п. | хлеб ржаной | 20 | 0,72 | 37,2 | 1,15 | 0,15 | 7,4 | | | |
| Итого | | | | 85,04 | 1134,7 | 40,45 | 37,35 | 114,35 | | | |
| Полдник | фрукты | г.п. | фрукт свежий (Апельсин) | 200 | 52 | 108 | 2,7 | 0,56 | 2,24 | | |
| | | | напиток | 200 | 16,6 | 92 | 1 | 0 | 25,4 | | |
| | | | сладкое | 35 | 11,55 | 81 | 0,74 | 3,78 | 0,063 | | |
| Итого | | | | 80,15 | 281 | 4,44 | 4,34 | 27,703 | | | |
| Ужин | закуска | 93/107 | Гуляш из отварной курицы | 120/49 | 110,7078 | 315 | 4,3 | 0 | 37,8 | | |
| | | | Филе куриное | 220 | 105,6 | | | | | | |
| | | | лук реп. | 18,7 | 0,8228 | | | | | | |
| | | | морковь | 22,3 | 1,338 | | | | | | |
| | | | масло растительное | 10 | 1,45 | | | | | | |
| | | | мука | 5 | 0,325 | | | | | | |
| | | | томатна паста | 4 | 1,172 | | | | | | |
| | | | гор.блюдо | 129/151 | Картофель отварной | 180 | 6,66 | 176,4 | 4,3 | 0 | 37,8 |
| | | | картофель | | 310 | 13,95 | | | | | |
| | | | масло сливочное | | 4 | 4,4 | | | | | |
| | хлеб бел. | г.п. | хлеб пшеничный | | 40 | 1,36 | 93,5 | 3,5 | 0,5 | 24,15 | |
| | хлеб черн. | г.п. | хлеб ржаной | | 40 | 1,44 | 74,4 | 2,3 | 0,3 | 14,8 | |
| | гор. Напиток | 269//296 | чай с молоком | 200 | 6,0752 | 35 | 0,1 | 0,03 | 9,9 | | |
| | чай | | 0,4 | 0,3152 | | | | | | | |
| | Сахар | | 10 | 0,86 | | | | | | | |
| молоко | 50 | | 4,9 | | | | | | | | |
| Итого | | | | | 126,243 | 694,3 | 14,5 | 0,83 | 124,45 | | |
| завтрак 2 | кисломолочный напиток | г.п. | кефир | 200 | 18,4 | 100 | 5,8 | 5 | 8 | | |
| | | | сладкое | 40 | 12,6 | 166,8 | 2,9 | 0,7 | 166,8 | | |
| | | | Печенье сахарное | | 31 | 266,8 | 8,7 | 5,7 | 174,8 | | |
| Итого | | | | 31 | 266,8 | 8,7 | 5,7 | 174,8 | | | |
| Итого за весь день | | | | | 407,84 | 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