

### Основное организованное меню



Школа	МБОУ Целинная ОШ № 15 12-18 лет проживающие		Отд./корп				День	Четверг	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	185/208	каша пшеничная молочная жидкая	250/10.	26,96	351,9	17,2	1,1	39,9
			крупа пшено	50	3,10				
			молоко	126	12,35				
			Сахар	6	0,52				
			масло сливочное	10	11,00				
	гор.напиток	274/301	какао с молоком	200	19,00	88	3,3	2,5	13,7
			какао порошок	4	0,60				
			молоко	100	9,80				
	хлеб	1/9.	бутерброд с маслом	70/20.	24,38	313	5,4	17	34
			хлеб	70	2,38				
			масло сливочное	20	22,00				
<b>Итого</b>					70,34	752,9	26	30,5	87,6
Обед	закуска	36/44	Салат картофельный с зеленым горошком	100	9,06	144	3,3	5,4	10,8
			яйцо	10	1,20				
			картофель	86	3,87				
			масло растительное	8	1,16				
			горошек консер.	27	2,43				
			лук реп.	9	0,40				
	1 блюдо	63/72	суп картофельный с бобовыми и гречками	250	12,33	111,7	2,6	2,5	18,8
			картофель	62,5	2,81				
			лук реп.	12	0,53				
			морковь	16	0,96				
			масло сливочное	5	5,50				
			горох	20	1,20				
			хлеб пшеничный	39	1,33				
	2 блюдо	115/131	рагу овощное с мясом	250	75,91	523	21,4	28,4	23,5
			мука	3	0,20				
			картофель	98	4,41				
			Капуста белокачанная	76	3,34				
			лук реп.	35	1,54				
			морковь	63	3,78				
			масло растительное	8	1,16				
			томатна паста	6	1,76				
			Филе курицы	122	58,56				
			масло сливочное	1	1,10				
сахар	0,7	0,06							
напиток	276/303	яблочно-лимонный напиток	200	15,50	101	0,3	0,2	2,5	
		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	40	1,44	74,4	2,3	0,3	14,8	
<b>Итого</b>					115,59	1047,6	33,4	37,3	94,55
Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (Груша)	200	44	34,13	0,3	0,23	7,35
	напиток	г.п.	сок фруктовый	200	16,6	92	1	0	25,4
	сладкое	г.п.	мармелад	50	16	321	0,1	0	79,4
<b>Итого</b>					76,6	447,13	1,4	0,23	112,15
Ужин	закуска	44/98	салат из свежих овощей с су	100	19,9672	153,5	2	6,14	22,54
			морковь	48,6	2,916				
			Капуста белокачанная	31,3	1,3772				
			курага	9,5	5,605				
			чернослив	15,3	9,027				
			Сахар	2	0,172				
			масло растительное	6	0,87				
	2 блюдо	124/146	фрикадельки из кур	100	44	245	12,5	15,7	11,1
	гарнир	165/188	каша рассыпчатая из гречне	200	11,825	214,2	14	8,7	57,9
			крупа гречневая	95	5,225				
				масло сливочное	6	6,6			
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,36	93,5	3,5	0,5	24,15
	гор. Напиток	268/295	чай с сахаром	200	1,1752	35	0,1	0,03	9,9
			чай	0,4	0,3152				
			сахар	10	0,86				
<b>Итого</b>					78,3274	741,2	32,1	31,07	115,69
завтрак 2	кисломолочный напиток	г.п.	кефир	200	18,4	100	5,8	5	8
			гор. Напиток	168/295	чай с сахаром	200	1,1752	35	0,1
				чай	0,4	0,3152			
				Сахар	10	0,86			
	сладкое	г.п.	баранка	50	12,5	149	1,99	2,7	26,3
<b>Итого</b>					32,0752	284	7,89	7,73	44,2
<b>Итого за весь день</b>					372,94	3272,83	100,79	106,83	454,19

Основное организованное меню



Школа	МБОУ Цэлянак ОШІ № 15 7-11 лет проживающие		Отд./корп				Дата	Четверг 23.01.2025г			
Прием пищи	Раздел	№ рецеп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор.блюдо	185/208	каша пшеничная молочная	180/5.	18,39	249,6	3,3	4,8	19,2		
			жидкая								
			крупа пшено	40	2,48						
				молоко	101	9,90					
				Сахар	6	0,52					
				масло сливочное	5	5,50					
	гор. напиток	274/301		какао с молоком	200	10,96	88	3,3			
				какао порошок	2	0,30					
				молоко	100	9,80					
				Сахар	10	0,86					
	хлеб	1/9.		бутерброд с маслом	5	18,03	237,6	2,77	5,8	23,2	
				хлеб	45	1,53					
				масло сливочное	15	16,50					
Гренки с сыром				50-5-15	20,85						
сыр				15	13,65						
масло сливочное				5	5,50						
			хлеб	50	1,70						
<b>Итого</b>					<b>68,23</b>	<b>575,2</b>	<b>9,91</b>	<b>13,1</b>	<b>56,1</b>		
Обед	закуска	36/44	Салат картофельный с								
			зеленым горошком	100	6,58	95,2	4,32	17,9	15,03		
			лук реп.	7	0,31						
			картофель	70	3,15						
			горошек консерв.	24	2,16						
			масло растительное	8	1,16						
			яйцо	8	0,96						
	1 блюдо	63/72		суп картофельный с	250	12,33	11,7	2,6	2,5	18,8	
				бобовыми и гренками							
				картофель	62,5	2,81					
				лук реп.	12	0,53					
				морковь	16	0,96					
				масло сливочное	5	5,50					
	2 блюдо	115/131		горох	20	1,20					
				хлеб пшеничный	39	1,33					
				рагу овощное с мясом	200	60,23	355,2	12,3	9	18	
				Филе куриной грудки	97	46,56					
				мука	2	0,13					
				картофель	79	3,56					
				Капуста белокачанная	61	2,68					
				лук реп.	28	1,23					
				морковь	51	3,06					
				масло растительное	6	0,87					
	напиток	276/303		томатная паста	4,5	1,32					
				масло сливочное	0,7	0,77					
				сахар	0,6	0,05					
				яблочно-лимонный напиток	200	15,50	101	0,3	0,2	25,1	
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	40	1,44	74,4	2,3	0,3	14,8
<b>Итого</b>							<b>97,44</b>	<b>731</b>	<b>25,32</b>	<b>30,4</b>	<b>115,88</b>
Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (Груша)	200	44	34,13	0,3	0,23	7,35		
			напиток	г.п.	сок фруктовый	200	16,6	92	1	0	25,4
			сладкое	г.п.	мармелад	35	11,2	112	0,04	1,1	4,4
<b>Итого</b>				<b>71,8</b>	<b>126,13</b>	<b>1,34</b>	<b>1,33</b>	<b>37,15</b>			
Ужин	закуска	44/98	салат из свежих овощей с сух.	80	19,9672	122,8	1,1	3,9	15,6		
			морковь	48,6	2,916						
			Капуста белокачанная	31,3	1,3772						
			курага	9,5	5,605						
			чернослив	15,3	9,027						
			Сахар	2	0,172						
			масло растительное	6	0,87						
	2 блюдо	124/146		фрикадельки из кур	90	39,6	189,9	18	12,9	0,5	
				гарнир	165/188	каша рассыпчатая из гречнев.	180	10,23	267,8	12,6	7,8
				крупа гречневая	86	4,73					
				масло сливочное	5	5,5					
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,36	93,5	3,5	0,5	24,15		
	гор. Напиток	268/295		чай с сахаром	200	1,1752	35	0,1	0,03	9,9	
				чай	0,4	0,3152					
				сахар	10	0,86					
	<b>Итого</b>				<b>72,3324</b>	<b>709</b>	<b>35,3</b>	<b>25,13</b>	<b>102,25</b>		
завтрак 2	кисломолочный напиток	г.п.	Кефир	200	18,4	100	5,8	5	8		
			гор напиток	268/295	чай с сахаром	200	1,1752	35	0,1	0,03	9,9
					чай	0,4	0,3152				
					Сахар	10	0,86				
			сладкое	г.п.	баранка	35	8,75	104,3	1,23	1,2	4,8
<b>Итого</b>				<b>28,3252</b>	<b>239,3</b>	<b>7,13</b>	<b>6,23</b>	<b>22,7</b>			

## Основное организованное меню



Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 приходящие			Отд./корп			День	Четверг	
	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	185/208	каша пшениная молочная жидкая	150	18,39	249,6	5,84	4,8	19,2
			крупа пшено	40	2,48				
			молоко	101	9,90				
			Сахар	6	0,52				
			масло сливочное	5	5,50				
	гор.напиток	274/301	какао с молоком	200	10,96	88	3,3	2,5	13,7
			какао порошок	2	0,30				
			молоко	100	9,80				
	напиток	г.п.	Сахар	10	0,86				
			кефир	200	18,40	100	5,8	5	8
	фрукт	г.п.	фрукт (Груша)	200	44,00	34,13	0,3	0,23	7,35
	хлеб	1/9.	бутерброд с маслом	5	18,03	237,6	2,77	5,8	23,2
хлеб			45	1,53					
масло сливочное			15	16,50					
<b>Итого</b>					109,78	709,33	16,01	18,33	71,45
Обед	закуска	36/44	Салат картофельный с зеленым горошком	100	7,74	95,2	4,32	9,2	15,03
			Яйцо	8	0,96				
			лук реп.	7	0,31				
			картофель	70	3,15				
			горошек зеленый консерв.	24	2,16				
			масло растительное	8	1,16				
	1 блюдо	63/72	суп картофельный с бобовыми и гречками	250	12,33	11,7	2,6	2,5	18,8
			картофель	62,5	2,81				
			лук реп.	12	0,53				
			морковь	16	0,96				
			масло сливочное	5	5,50				
			горох	20	1,20				
	2 блюдо	115/131	хлеб пшеничный	39	1,33				
			рагу овощное с мясом	150	60,17	355,2	12,3	9	18
			Филе куриной грудки	97	46,56				
			мука	2	0,13				
			картофель	79	3,56				
			Капуста белокачанная	61	2,62				
			лук реп.	28	1,23				
			морковь	51	3,06				
			масло растительное	6	0,87				
			томатна паста	4,5	1,32				
			масло сливочное	0,7	0,77				
			сахар	0,6	0,05				
	напиток	276/303	яблочно-лимонный напиток	200	15,50	101	0,3	0,2	25,1
			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	40	1,44	74,4	2,3	0,3	14,8
<b>Итого</b>					98,53	731	25,32	21,7	115,88
<b>Итого за весь день</b>					208,32	1440,33	41,33	40,03	187,33

## Основное организованное меню

Утверждаю: \_\_\_\_\_ директор  
МБОУ Целинной ОПШ №15 г.н.а.  
Делявская

Школа	МБОУ Целинная ОПШ № 15 12-18 приходящие			Отд./корп			День	Четверг	
							23.01.2025		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Затраг.	гор.блюдо	185/208	каша пшенная молочная жидкая	200	20,56	189			
			крупа пшено	50	3,10				
			молоко	126	12,35				
			Сахар	6	0,52				
			масло сливочное	7	7,70				
	гор.напиток	274/301	какао с молоком	200	11,26	88	3,3		
			какао порошок	4	0,60				
			молоко	100	9,80				
				Сахар	10	0,86			
	напиток	г.п.	кефир	200	18,40	100	5,8	5	8
Фрукт	г.п.	фрукт (Груша)	200	44,00	34,13	0,3	0,23	7,35	
хлеб	1/9.	бутерброд с маслом	50/20.	23,70	165	4	16,7	23,8	
		хлеб	50	1,70					
		масло сливочное	20	22,00					
<b>Итого</b>					117,92	576,13	20,7	35,43	96,85
Обед	закуска	36/44	Салат картофельный с зеленым горошком	100	9,26	98	3,3	5,4	10,8
			яйцо	10	1,20				
			лук реп.	7	0,31				
			картофель	86	3,87				
			горшек зеленый консерв.	27	2,43				
			масло растительное	10	1,45				
	1 блюдо	63/72	суп картофельный с бобовыми и гренками	250	12,33	111,7	2,6	2,5	18,8
			картофель	62,5	2,81				
			лук реп.	12	0,53				
			морковь	16	0,96				
			масло сливочное	5	5,50				
			горох	20	1,20				
			хлеб пшеничный	39	1,33				
	2 блюдо	115/131	рагу овощное с мясом	200	75,91	144	4,8	6,2	15,8
			мука	3	0,20				
			картофель	98	4,41				
			Капуста белокачанная	76	3,34				
			лук реп.	35	1,54				
			морковь	63	3,78				
			масло растительное	8	1,16				
			томатна паста	6	1,76				
			филе курицы	122	58,56				
			масло сливочное	1	1,10				
			сахар	0,7	0,06				
	напиток	276/303	яблочно-лимонный напиток	200	15,50	101	0,3	0,2	2,5
			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	40	1,44	74,4	2,3	0,3	14,8	
<b>Итого</b>					115,79	622,6	16,8	15,1	86,85
<b>Итого за весь день</b>					233,72	1198,73	37,5	50,53	183,7

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 229723484149701461558283897186772312471353484434

Владелец Делявская Наталья Анатольевна

Действителен с 28.11.2024 по 28.11.2025