

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

Основное организованное меню						Утверждаю директор МБОУ Целинной ОШИ №15 Н.А. Делявская			
Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 лет проживающие			Отд./корп			День	Вторник 28.01.2024г	
Принем пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. Блюдо	125/238	Каша гречневая молочная вязкая	150/5	69,333	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	58				
Завтрак	гор. Блюдо	125/238	Сырники из творога	100/10	89,33	125	25	15	20
			творог	135	78,3				
			Яйцо	1/8шт	1,12				
			мука	20	1,3				
			сахар	15	1,29				
			масло сливочное	5	5,8				
			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.	булгур с сыром	30/10.	11,83	106	5	3	14,5
			хлеб пшеничный	30	1,05				
			сыр	11/01.	10,78				
<b>Итого</b>					<b>112,012</b>	<b>483</b>	<b>41,1</b>	<b>28,8</b>	<b>79,1</b>
Обед	закуска	39/47	салат "Из белокачанной капусты с зеленым горошком"	60	13,992	92	4,2	9,2	5,7
			капуста белокачанная	68	3,332				
			лук	20	0,88				
			гороше консерв.	34	3,06				
			яйцо	40	5,6				
			масло растительное	7	1,12				
	1 блюдо	65/78	Борщ с капустой и картофелем	200	11,50668	110	1,9	6,6	10,13
			капуста белокачанная	20	0,98				
			картофель	21	0,945				
			морковь	10	0,6				
			свекла	42	2,1				
			сахар	2	0,172				
			лук реп.	9	0,396				
			масло растительное	4	0,64				
			томатна паста	3	1,172				
			сметана	8	4,50168				
	2 блюдо	99/113	Котлета с соусом	90	33,0205	118,3	12	11	11
			котлета	100	31,5				
			соус	12,3	1,5205				
			лук реп.	0,5	0,22				
			томатна паста	3	0,879				
			масло сливочное	1,7	0,1972				
			мука	1,3	0,0845				
			морковь	1,9	0,114				
			сахар	0,3	0,0258				
	гарнир	129/151	макаронны отварные с маслом	200/10	4,164	275	8,4	6,4	51
			макаронны	64	3,584				
			масло сливочное	5	0,58				
	напиток	278/303	Напиток Яблочно-лимонный	200	15,66	101	0,3	0,2	0,8
			Яблоко	57	10,26				
			лимон	16	3,68				
			Сахар	20	1,72				
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,4	93,5	3,5	0,5	24,15
	хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	20	0,76	37,2	1,15	0,15	7,4
<b>Итого</b>					<b>80,50</b>	<b>827</b>	<b>31,45</b>	<b>34,05</b>	<b>110,18</b>
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	13,37	81	0,74	3,78	0,063
<b>Итого</b>					<b>81,97</b>	<b>281</b>	<b>4,44</b>	<b>4,34</b>	<b>27,703</b>
Ужин	закуска	129/151	Картофель отварной с маслом	180	18,59	151	3,5	3,8	25
			картофель	310	13,95				
			масло сливочное	4	4,64				
	гор.блюдо	93/107	Гуляш из отварной курицы	80/30	101,2235	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	1,248				
			филе куриное	198	97,02				
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	35	1,225	81,81	3,06	0,44	1,76
	хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	35	1,33	65,1	2,01	0,26	1,04
	гор. Напиток	269//296	чай с молоком	200	6,1	69	1,6	1,8	12,4
			чай	0,4	0,34				
			Сахар	10	0,86				
			молоко	50	4,9				
<b>Итого</b>					<b>128,4685</b>	<b>635,11</b>	<b>21,37</b>	<b>24,21</b>	<b>46,5</b>
завтрак 2	кисломолочный напиток	г.п.	Кефир	200	19,2	100	5,8	5	8
	сладкое	г.п.	Печенье сахарное	30	9,84	125,1	2,18	0,53	125,1
<b>Итого</b>					<b>29,04</b>	<b>225,1</b>	<b>7,98</b>	<b>5,53</b>	<b>133,1</b>
<b>Итого за весь день</b>					<b>431,99</b>	<b>2451,21</b>	<b>106,34</b>	<b>96,93</b>	<b>396,583</b>



## Основное организованное меню

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

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 приходящие			Отд./корп				День	Вторник 28.01.2024	
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	8,12					
			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	19,2	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.	23,31	102	5	3	14,5
				хлеб пшеничный	50	1,75				
			сыр	22/01.	21,56					
<b>Итого</b>					<b>143,361</b>	<b>549</b>	<b>24,6</b>	<b>19,36</b>	<b>69,34</b>	
Обед	закуска	сен.17	Салат "Из белокачанной капусты с зеленым горошком"	100	12,796	99	4,2	9,2	5,7	
			капуста белокачанная	84	4,116					
			гороше консерв.	20	1,8					
			яйцо	40	5,6					
			масло растительное	8	1,28					
	1 блюдо	65/78		Борщ с капустой и картофелем	300	16,3196	165	2,8	5,6	8,3
				капуста белокачанная	30	1,47				
				картофель	48	2,16				
				морковь	16	0,96				
				лук реп.	14	0,616				
				масло растительное	6	0,96				
				свекла	64	3,2				
				томатная паста	3,5	1,0255				
				сметана	10	5,6271				
				сахар	3,5	0,301				
	2 блюдо	129/151		Котлета с соусом	120/50	34,17	315	20,1	15,3	17
				Котлета	100	31,5				
				соус	5,3	2,674				
				лук реп.	1	0,044				
				морковь	3	0,18				
				томатна паста	5	1,465				
				масло сливочное	0,7	0,812				
				сахар	0,5	0,043				
				мука	2	0,13				
	гарнир	129/151		Макароньы отварные с маслом	230/10	9,384	301	8,4	6,4	51
				Макароньы	64	3,584				
				масло сливочное	5	5,8				
	напиток	278/303		Напиток Яблочно-лимонный	200	15,66	101	0,3	0,2	0,8
				Яблоко	57	10,26				
				лимон	16	3,68				
				Сахар	20	1,72				
	хлеб бел.	г.п.		хлеб пшеничный	40	1,4	93,5	3,5	0,5	24,15
хлеб черн.	г.п.		хлеб ржаной	20	0,76	37,2	1,15	0,15	7,4	
<b>Итого</b>					<b>90,49</b>	<b>1111,7</b>	<b>40,45</b>	<b>37,35</b>	<b>114,35</b>	
Итого за весь день					<b>233,85</b>	<b>1660,7</b>	<b>65,05</b>	<b>56,71</b>	<b>183,69</b>	





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

**Основное организованное меню**

Школа		МБОУ Целинная ОШИ № 15		Отд./корп					
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
<b>Вторник 28.01.2025г</b>									
Завтрак	гор. Блюдо	125/238	каша гречневая	180/5	17,133	158	8,2	8	33,4
			молочная вязкая	45	2,475				
			гречка	5	0,43				
			молоко	86	8,428				
			масло сливочное	5	5,8				
	фрукт	г.п.	Фрукт (Апельсин)	200	52	108	2,7	0,56	2,24
	напиток	г.п.	кефир	200	19,2	100	5,8	5	8
		03.ноя	бутерброд с сыром	30/10.	11,83	106	5	3	14,5
			хлеб пшеничный	30	1,05				
			сыр	11/01.	10,78				
<b>Итого</b>					<b>100,163</b>	<b>472</b>	<b>21,7</b>	<b>16,56</b>	<b>58,14</b>
Обед	закуска	39/47	салат "из белокачанной капусты с зеленым гор."	60	14,472	92	4,2	9,2	5,7
			капуста белокачанная	68	3,332				
			лук реп.	20	0,88				
			гороше консерв.	34	3,06				
			яйцо	40	5,6				
			масло растительное	10	1,6				
	1 блюдо	65/78	Борщ с капустой и картофелем	200	6,769	110	2,13	5,63	10,13
			капуста белокачанная	20	0,98				
			картофель	21	0,945				
			морковь	10	0,6				
			лук реп.	9	0,396				
			масло растительное	4	0,64				
			свекла	42	2,52				
			сметана	8	4,50168				
			томатна паста	3	2,344				
			сахар	2	0,688				
	2 блюдо	93/107	Котлета с соусом	80/30	37,4961	118,3	12	11	11
			Котлета	100	31,5				
			Соус	12,3	3,0973				
			лук реп.	0,5	0,022				
			томатна паста	3	0,879				
			масло сливочное	1,7	1,972				
			мука	1,3	0,0845				
			морковь	1,9	0,114				
			сахар	0,3	0,0258				
	гарнир	129/151	Макароны с маслом	200/10	8,224	275	8,4	6,4	51
			макароны	64	3,584				
			масло сливочное	4	4,64				
	напиток	278/303	Напиток Яблочно-лимонный	200	15,66	101	0,3	0,2	0,8
			Яблоко	57	10,26				
			лимон	16	3,68				
			Сахар	20	1,72				
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,4	93,5	3,5	0,5	24,15
	хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	20	0,76	37,2	1,15	0,15	7,4
<b>Итого</b>					<b>84,78</b>	<b>827</b>	<b>31,68</b>	<b>33,08</b>	<b>110,18</b>
<b>Итого за весь день</b>					<b>184,94</b>	<b>1299</b>	<b>53,38</b>	<b>49,64</b>	<b>168,32</b>



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

**Основное организованное меню**

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет проживающие			Отд./корп				День	Вторник 28.01.2025г
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. Блюдо	125/238	Каша гречневая молочная вязкая	180/5	21,541	240	8,2	8	33,4
			гречка	63	3,465				
			молоко	120	11,76				
			сахар	6	0,516				
			масло сливочное	5	5,8				
	гор.напиток	272/29	кофейный напиток на молоке	200	55,44	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	45	125	25	15	20
	хлеб	3/11.	бутерброд с сыром	50/20	23,31	167	7,6	4,3	17,2
			хлеб пшеничный	50	1,75				
			сыр	22\01.	21,56				
<b>Итого</b>					<b>100,291</b>	<b>626</b>	<b>43,7</b>	<b>30,1</b>	<b>81,8</b>
Обед	закуска	39/47	салат "из белокочанной капусты с зелюгорошком"	100	14,616	122	4,2	9,2	5,7
			капуста белокочанная	84	4,116				
			морковь	25	1,5				
			гороше консерв.	20	1,8				
			яйцо	40	5,6				
			масло растительное	8	1,6				
	1 блюдо	65/78	Борщ	300	10,3115	165	2,8	5,6	8,3
			капуста белокочанная	30	1,47				
			картофель	32	1,44				
			морковь	16	0,96				
			лук реп.	14	0,616				
			масло растительное	6	0,96				
			свекла	64	3,84				
			сметана	10	5,6271				
			сахар	3,5	0,301				
			томатна паста	3,5	1,0255				
	2 блюдо	202/225	Макароны отварные с маслом	230/10	9,384	301	8,4	6,4	51
			макароны	64	3,584				
			масло сливочное	5	5,8				
	гарнир	99/113	Котлета с соусом	120/50	36,364	315	20,1	15,3	17
			котлета	100	31,5				
			соус	10	4,864				
			лук реп.	1	0,044				
			морковь	3	0,18				
			масло сливочное	2,7	3,132				
			томатна паста	5	1,465				
			сахар	0,5	0,043				
	напиток	278/303	Напиток Яблочно-лимонный	200	15,66	101	0,3	0,2	0,8
			Яблоко	57	10,26				
			лимон	16	3,68				
			Сахар	20	1,72				
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,4	93,5	3,5	0,5	24,15
	хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	20	0,76	37,2	1,15	0,15	7,4
<b>Итого</b>					<b>88,50</b>	<b>1134,7</b>	<b>40,45</b>	<b>37,35</b>	<b>114,35</b>
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	13,37	81	0,74	3,78	0,063
<b>Итого</b>					<b>81,97</b>	<b>281</b>	<b>4,44</b>	<b>4,34</b>	<b>27,703</b>
Ужин	закуска	93/107	Гуляш из отварной курицы	120/49	113,0578	315	4,3	0	37,8
			Филе куриное	220	107,8				
			лук реп.	18,7	0,8228				
			морковь	22,3	1,338				
			масло растительное	10	1,6				
			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	4,64				
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,4	93,5	3,5	0,5	24,15
	хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	40	1,52	74,4	2,3	0,3	14,8
	гор. Напиток	269//296	чай с молоком	200	6,1	35	0,1	0,03	9,9
			чай	0,4	0,34				
			Сахар	10	0,86				
		молоко	50	4,9					
<b>Итого</b>					<b>128,7378</b>	<b>694,3</b>	<b>14,5</b>	<b>0,83</b>	<b>124,45</b>
завтрак 2	кисломолочный напиток	г.п.	кефир	200	19,2	100	5,8	5	8
	сладкое	г.п.	Печенье сахарное	40	13,12	166,8	2,9	0,7	166,8
<b>Итого</b>					<b>32,32</b>	<b>266,8</b>	<b>8,7</b>	<b>5,7</b>	<b>174,8</b>
<b>Итого за весь день</b>					<b>431,81</b>	<b>2965,9</b>	<b>113</b>	<b>80,63</b>	<b>413,42</b>

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 229723484149701461558283897186772312471353484434

Владелец Делявская Наталья Анатольевна

Действителен с 28.11.2024 по 28.11.2025