

## Основное организованное меню

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



Школа МБОУ Целинная ОШИ № 15  
12-18 приходящие  
Отд./корп  
День Вторник  
13.02.2024

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					
Макароны	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 ржаной	20	0,76					37,2
<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** 233,85 1660,7 65,05 56,71 183,69



### Основное организованное меню

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

Школа		МБОУ Целинная ОШ № 15		Отд./корп								Дата: 18.02.2024г.	
Класс	Индивидуальности	Раздел	№ рецеп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	Вторичный	Дневной	Углеводный
Завтрак		гор. Блюдо	125/238	Каша гречневая молочная вязкая	150/5	69,333	158	8,2	8				
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							
				стуженое 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.	11,83	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>			
<b>Обед</b>													
		закуска	39/47	салат "Из белокочанной капусты с зеленым горошком"	60	13,992	92	4,2	9,2	5,7			
				капуста белокочанная	68	3,332							
				лук	20	0,88							
				горошек 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	6,5	10,13			
				капуста белокочанная	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							
				томатная 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							
				томатная 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	макаронные отварные с маслом	200/10	4,164	275	8,4	6,4	51			
				макаронные	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>			
<b>Полдник</b>													
		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>			
<b>Ужин</b>													
		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							
				томатная 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>			
<b>завтрак 2</b>													
		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>491,99</b>	<b>2451,21</b>	<b>106,34</b>	<b>96,93</b>	<b>306,383</b>			



## Основное организованное меню



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	17,133	158	8,2	8	33,4		
			молочная вязкая								
			гречка	45	2,475						
			сахар	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	60	14,472	92	4,2	9,2	5,7		
			капусты с зеленым гор."								
			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	200	6,769	110	2,13	5,63	10,13		
			картофелем								
			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						
	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-	200	15,66	101	0,3	0,2	0,8		
			лимонный								
			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>		





### Основное организованное меню

Школа		МБОУ Центральная ОШ №15		Стд./корп		Вторник		13.02.2025г.	
12-13 лет проживающие		№ 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.	булерброд 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 белокачанной капусты с зелюгорошком"	100	14,616	122	4,2	9,2	5,7
			капуста белокачанная	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 белокачанная	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	Макаронны отварные с маслом	230/10	9,384	301	8,4	6,4	51
			макаронны	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>118</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