

Основное организованное меню										Утверждаю директор МБОУ Целинной ОШИ №15 Н.А. Делявская	
Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 лет проживающие			Отд./корп							
Принем пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	День	Вторник 25.02.2024г
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	5,8						
Завтрак	гор. Блюдо	125/238	Сырники из творога	100/10	89,106	125	25	15	20		
			творог	135	78,3						
			Яйцо	1/8шт	0,896						
			мука	20	1,3						
			сахар	15	1,29						
			масло сливочное	5	5,8						
			стуженное молоко	10	1,52						
	гор.напиток	272/29	кофейный напиток на молоке	200	10,864	94	2,9	2,8	11,2		
			кофейный напиток	2,4	0,204						
			молоко	100	9,8						
			сахар	10	0,86						
	хлеб	3/11.	бугерброд с сыром	30/10.	11,95	106	5	3	14,5		
			хлеб пшеничный	30	1,17						
			сыр	11/01.	10,78						
Итого					111,92	483	41,1	28,8	79,1		
Обед											
	закуска	39/47	салат "Из белокачанной капусты с зеленым горошком"	60	13,62	92	4,2	9,2	5,7		
			капуста белокачанная	68	4,08						
			лук	20	0,88						
			гороше консерв.	34	3,06						
			яйцо	40	4,48						
			масло растительное	7	1,12						
	1 блюдо	65/78	Борщ с капустой и картофелем	200	10,49356	110	1,9	6,6	10,13		
			капуста белокачанная	20	1,2						
			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	3,26856						
	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	макарроны отварные с маслом	200/10	4,42	275	8,4	6,4	51		
			макарроны	64	3,84						
			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	1,56	93,5	3,5	0,5	24,15		
	хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	20	0,8	37,2	1,15	0,15	7,4		
Итого					79,57	827	31,43	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	13,37	81	0,74	3,78	0,063		
Итого					81,97	281	4,44	4,34	27,703		
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	95,2835	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	91,08						
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	35	1,365	81,81	3,06	0,44	1,76		
	хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	35	1,4	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						
Итого					122,7385	635,11	21,37	24,21	46,5		
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		
Итого					29,04	225,1	7,96	5,53	133,1		
Итого за весь день					475,24	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 12-18 приходящие			Отд./ корп				День	Вторник 25.02.2024	
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					
			Кофейный напиток на молоке	200	11,3	94	2,9	2,8	11,2	
	напиток	г.п.	272/29	Кофейный напиток	8	0,64				
				сахар	10	0,86				
				молоко	100	9,8				
				кефир	200	19,2	100	5,8	5	8
				Фрукт (Апельсин)	200	52	108	2,7	0,56	2,24
				хлеб	3/11.	бутерброд с сыром	50/20.	23,51	102	5
		хлеб пшеничный	50	1,95						
		сыр	22/01.	21,56						
Итого					143,761	549	24,6	19,36	69,34	
Обед	закуска	сен.17	Салат "Из белокачанной капусты с зеленым горошком"	100	12,6	99	4,2	9,2	5,7	
			капуста белокачанная	84	5,04					
			гороше консерв.	20	1,8					
			яйцо	40	4,48					
			масло растительное	8	1,28					
	1 блюдо	65/78		Борщ с капустой и картофелем	300	15,1082	165	2,8	5,6	8,3
				капуста белокачанная	30	1,8				
				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	4,0857				
				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 отварные с маслом	230/10	9,64	301
	Макароны	64	3,84							
	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	1,56	93,5	3,5	0,5	24,15	
хлеб черн.	г.п.		хлеб ржаной	20	0,8	37,2	1,15	0,15	7,4	
Итого					89,54	1111,7	40,45	37,35	114,35	
Итого за весь день					233,30	1660,7	65,05	56,71	183,69	

Основное организованное меню						Утверждаю _____ директор МБОУ Целинной ОШИ №15 Н.А. Делявская				
Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15			Отд./корп			День	Вторник 25.02.2025г		
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							
			сахар							
			молоко							
				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.	11,95	106	5	3	14,5	
			хлеб пшеничный	30	1,17					
		сыр	11/01.	10,78						
Итого				100,283	472	472	21,7	16,56	58,14	
Обед	закуска	39/47	салат "из белокачанной	60	14,1	92	4,2	9,2	5,7	
			капусты с зеленым гор."							
			капуста белокачанная							
			лук реп.							
			гороше консерв.							
			яйцо							
				масло растительное	10	1,6				
	1 блюдо	65/78		Борщ с капустой и	200	6,989	110	2,13	5,63	10,13
				картофелем						
				капуста белокачанная						
				картофель						
				морковь						
				лук реп.						
				масло растительное						
				свекла						
				сметана						
				томатна паста						
				сахар	2	0,688				
	2 блюдо	93/107		Котлета с соусом	80/30	37,4961	118,3	12	11	11
				Котлета						
				Соус						
				лук реп.						
				томатна паста						
				масло сливочное						
				мука						
				морковь						
				сахар						
	гарнир	129/151		Макароны с маслом	200/10	8,48	275	8,4	6,4	51
				макароны						
				масло сливочное						
	напиток	278/303		Напиток Яблочно-	200	15,66	101	0,3	0,2	0,8
				лимонный						
Яблоко										
лимон										
			Сахар	20	1,72					
хлеб бел.	г.п.		хлеб пшеничный	40	1,56	93,5	3,5	0,5	24,15	
хлеб черн.	г.п.		хлеб ржаной	20	0,8	37,2	1,15	0,15	7,4	
Итого					85,09	827	31,63	33,08	110,18	
Итого за весь день					185,37	1299	53,33	49,64	163,32	

Основное организованное меню							Утверждаю директор МБОУ Целинной ОШИ №15 Н.А. Делявская					
Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет проживающие			Отд./корп				День	Вторник 25.02.2025г			
Прием лица	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	гор. Блюдо	125/238	Каша гречневая молочная	180/5	21,541	240	8,2	8	33,4			
			вязкая	63	3,465							
			гречка	120	11,76							
			молоко	6	0,516							
			сахар	5	5,8							
			масло сливочное	200	55,48	94	2,9	2,8	11,2			
			кофейный напиток на молоке	8	0,68							
			кофейный напиток	100	9,8							
			молоко	10	0,86							
			сахар	100/10	45	125	25	15	20			
хлеб	3/11.		бutterброд с сыром	50/20	23,51	167	7,6	4,3	17,2			
			хлеб пшеничный	50	1,95							
			сыр	22\01.	21,56							
Итого				100,531	626	43,7	30,1	81,8				
Обед	закуска	39/47	салат "из белокочанной	100	14,42	122	4,2	9,2	5,7			
			капусты с зеллогорошком"	84	5,04							
			капуста белокочанная	25	1,5							
			морковь	20	1,8							
			горошек консерв.	40	4,48							
			яйцо	8	1,6							
			масло растительное	300	10,6415	165	2,8	5,6	8,3			
			Борщ	30	1,8							
			капуста белокочанная	32	1,44							
			картофель	16	0,96							
	морковь	14	0,616									
	лук реп.	6	0,96									
	масло растительное	64	3,84									
	свекла	10	4,0857									
	сметана	3,5	0,301									
	сахар	3,5	1,0255									
	томатна паста	202/225	Макаронны отварные с маслом	230/10	9,384	301	8,4	6,4	51			
	2 блюдо			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
				хлеб бел.	г.п.		Яблоко	57	10,26			
	лимон	16	3,68									
хлеб черн.	г.п.		Сахар	20	1,72							
Итого			хлеб пшеничный	40	1,56	93,5	3,5	0,5	24,15			
			хлеб ржаной	20	0,8	37,2	1,15	0,15	7,4			
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	
Итого				81,97	281	4,44	4,34	27,703				
Ужин	закуска	93/107	Гуляш из отварной курицы	120/49	106,4578	315	4,3	0	37,8			
			Филе куриное	220	101,2							
			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	
			хлеб бел.	г.п.		картофель	310	13,95				
						масло сливочное	4	4,64				
	хлеб черн.	г.п.		хлеб пшеничный	40	1,56	93,5	3,5	0,5	24,15		
	гор. Напиток	269//296		хлеб ржаной	40	1,6	74,4	2,3	0,3	14,8		
				чай с молоком	200	6,1	35	0,1	0,03	9,9		
	Итого			чай	0,4	0,34						
				Сахар	10	0,86						
молоко				50	4,9							
Итого				122,3778	694,3	14,5	0,83	124,45				
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	
Итого				32,32	266,8	8,7	5,7	174,8				
Итого за весь день				426,03	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