

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 11.03.2025г		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийности	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	55,48	94	2,9	2,8	11,2
					кофейный напиток	8	0,68				
					молоко	100	9,8				
					сахар	10	0,86				
			хлеб	3/11.	сырники из творога	100/10	45	125	25	15	20
булерброд 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 белокачанной капусты с зелюгорошком"	100	14,42	122	4,2	9,2	5,7		
			капуста белокачанная	84	5,04						
			морковь	25	1,5						
			гороше консерв.	20	1,8						
			лйцо	40	4,48						
			масло растительное	8	1,6						
			1 блюдо	65/78	борщ	300	10,6415	165	2,8	5,6	8,3
					капуста белокачанная	30	1,8				
					картофель	32	1,44				
					морковь	16	0,96				
				лук реп.	14	0,616					
				масло растительное	6	0,96					
				свекла	64	3,84					
				сметана	10	4,0857					
				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						
	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					88,83	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	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		
			картофель	310	13,65						
			масло сливочное	4	4,64						
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,56	93,5	3,5	0,5	24,15		
	хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	40	1,6	74,4	2,3	0,3	14,8		
	гор. Напиток	269//295	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						
	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	6,7	5,7	174,3		
Итого за весь день					426,03	2965,9	118	40,63	413,42		

Школа		МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 приходящие				Отд./корп				Утверждаю директор МБОУ Целинной ОШИ №15 Н.А. Делявская								
Прием пищи		Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	Вторник 11.03.2024							
Завтрак	гор. Блюдо	125/238		Каша гречневая молочная	180/5	25,541	145	8,2	8	33,4								
				вязкая														
				молоко	120	11,76												
				гречка	63	3,465												
				сахар	6	0,516												
				масло сливочное	7	8,12												
		272/29				Кофейный напиток на	200	11,3	94	2,9	2,8	11,2						
						молоке												
						Кофейный напиток	8	0,64										
						сахар	10	0,86										
						молоко	100	9,8										
						кефир	200	19,2	100	5,8	5	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.	бютерброд с сыром	50/20.	23,51	102	5	3	14,5										
		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	100	12,6	99	4,2	9,2	5,7								
				капусты с зеленым														
				горошком"														
				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	300	15,1082	165	2,8	5,6	8,3				
								картофелем										
								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	230/10	9,64	301	8,4	6,4	51				
								маслом										
								Макароны	64	3,84								
напиток	278/303			Напиток Яблочно-	200	15,66	101	0,3	0,2	0,8								
				лимонный														
				Яблоко	57	10,26												
				лимон	16	3,68												
хлеб бел.	г.п.			Сахар	20	1,72												
				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	114,3								
Итого за весь день						233,30	1660,7	65,05	56,71	183,13								

Школа		Основное организованное меню				Утверждаю _____ директор МБОУ Целинной ОШИ №15 Н.А. Делявская			
МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 лет проживающие		Отд./корп				Дата 11.09.2024г			
Прием 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	89,106	125	25	15	20
Завтрак			творог	135	78,3				
			Яйцо	1/8шт	0,896				
			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	10,864	94	2,9	2,8	11,2
			кофейный напиток	2,4	0,204				
			молоко	100	9,8				
			сахар	10	0,86				
	хлеб	3/11.	Бутерброд 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				
			горошек 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	макаронны отварные с маслом	200/10	4,42	275	8,4	6,4	51
			макаронны	64	3,34				
			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	31,45	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	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	1,355	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	175,1	2,18	0,53	125,1
Итого					29,04	225,1	7,98	5,53	133,1
Итого за весь день					425,24	2451,21	106,34	196,93	395,583

Основное организованное меню							Утверждаю _____ директор МБОУ Целинной ОШИ №15 Н.А. Делявская			
Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 1-4 классы			Отд./корп				День	Вторник 11.03.2025г	
Прием лица	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	21,7	16,56	58,14	
Обед	закуска	39/47	салат "из белокачанной капусты с зеленым гор."	60	14,1	92	4,2	9,2	5,7	
			капуста белокачанная							
			лук реп.							
			гороше консерв.							
			яйцо							
				масло растительное	10	1,6				
				Борщ с капустой и картофелем	200	6,989	110	2,13	5,63	10,13
				капуста белокачанная	20	1,2				
				картофель	21	0,945				
				морковь	10	0,6				
				лук реп.	9	0,396				
				масло растительное	4	0,64				
				свекла	42	2,52				
				сметана	8	3,26856				
				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	8,48	275	8,4	6,4	51
				макароны	64	3,84				
				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	1,56	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	31,68	33,08	110,18	
Итого за весь день					185,37	1299	58,33	49,64	168,32	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 229723484149701461558283897186772312471353484434

Владелец Делявская Наталья Анатольевна

Действителен с 28.11.2024 по 28.11.2025