

**Основное организованное меню**

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

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 приходящие			Отд./корп				День	Вторник 18.03.2024	
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.	23,51	102	5	3	14,5
	хлеб пшеничный			50	1,95					
			сыр	22/01.	21,56					
<b>Итого</b>					<b>143,761</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	12,6	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
	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	8,4	6,4	51	
			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
<b>Итого</b>					<b>89,54</b>	<b>1111,7</b>	<b>40,45</b>	<b>37,35</b>	<b>114,35</b>	
<b>Итого за весь день</b>					<b>233,30</b>	<b>1660,7</b>	<b>65,05</b>	<b>56,71</b>	<b>183,69</b>	



		Основное организованное меню					Утверждаю директор МБОУ Целинной ОШИ №15 Н.А. Делявская		
Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15								18.03.2024г
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
			гречка	45	2,475				
			сахар	5	0,43				
			молоко	86	8,428				
			масло сливочное	5	58				
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				
			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				
<b>Итого</b>					<b>111,92</b>	<b>483</b>	<b>41,1</b>	<b>28,8</b>	<b>79,1</b>
Обед	закуска	39/47	салат "Из белокочанной капусты с зеленым горошком"	60	13,62	92	4,2	9,2	5,7
			капуста белокочанная	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 белокочанная	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
<b>Итого</b>					<b>79,57</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	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				
<b>Итого</b>					<b>122,7385</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>425,24</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 1-4 классы			Отд./корп				День	Вторник 18.03.2025г		
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	45	2,475						
			сахар	5	0,43						
			молоко	86	8,428						
				масло сливочное	5	5,8					
	фрукт напиток	г.п. г.п. 03.ноя		Фрукт (Апельсин)	200	52	108	2,7	0,56	2,24	
				кефир	200	19,2	100	5,8	5	8	
				бутерброд с сыром	30/10.	11,95	106	5	3	14,5	
				хлеб пшеничный	30	1,17					
			сыр	11/01.	10,78						
<b>Итого</b>					<b>100,283</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	14,1	92	4,2	9,2	5,7		
			капуста белокачанная	68	4,08						
			лук реп.	20	0,88						
			гороше консерв.	34	3,06						
			яйцо	40	4,48						
				масло растительное	10	1,6					
	1 блюдо	65/78		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					
							сахар	2	0,688		
	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		
<b>Итого</b>					<b>85,09</b>	<b>827</b>	<b>31,68</b>	<b>33,08</b>	<b>110,18</b>		
<b>Итого за весь день</b>					<b>185,37</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 18.03.2025г		
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	55,48	94	2,9	2,8	11,2
					кофейный напиток	8	0,68				
					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	23,51	167	7,6	4,3	17,2		
			хлеб пшеничный	50	1,95						
			сыр	22\01.	21,56						
<b>Итого</b>					<b>100,531</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	14,42	122	4,2	9,2	5,7		
			капуста белокачанная	84	5,04						
			морковь	25	1,5						
			гороше консерв.	20	1,8						
			яйцо	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						
			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	1,56	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			
<b>Итого</b>					<b>88,83</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	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	13,95				
					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//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>122,3778</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>426,03</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