

Основное организованное меню									
Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет проживающие			Отд./корп					
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. Блюдо	125/238	Каша гречневая молочная вязкая	180/5	20,796	240	8,2	8	33,4
			гречка	63	3,78				
			молоко	120	10,2				
			сахар	6	0,516				
			масло сливочное	5	6,3				
	гор. напиток	272/29	кофейный напиток из молока	200	55,18	94	2,9	2,8	11,2
			кофейный напиток	8	0,68				
			молоко	100	8,5				
			сахар	10	0,86				
			сырники из творога	100/10	46	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				
					99,486	626	43,7	30,1	81,8
	закуска	39/47	салат "из белокачанной капусты с зелюгорешком"	100	14,719	122	4,2	3,2	5,7
			капуста белокачанная	84	5,544				
			морковь	25	1,575				
			горошек консерв.	20	1,8				
			яйцо	40	4,2				
Обед	1 блюдо	65/78	масло растительное	8	1,6				
			Борщ	300	11,039	165	2,8	5,6	8,3
			капуста белокачанная	30	1,98				
			картофель	32	2,176				
			морковь	16	1,008				
	2 блюдо	202/225	лук реп.	14	0,672				
			масло растительное	6	0,96				
			свекла	64	3,2				
			сметана	10	4,0857				
			сахар	3,5	0,301				
	гарнир	99/113	томатна паста	3,5	1,043				
			Макаронь отварные с маслом	230/10	10,14	301	8,4	6,4	51
			макаронь	64	3,84				
			масло сливочное	5	6,3				
			Котлета с соусом	120/50	38,172	315	20,1	15,3	17
	напиток	278/303	котлета	100	33				
			соус	10	5,172				
			лук реп.	1	0,048				
			морковь	3	0,189				
			масло сливочное	2,7	3,402				
Итого	хлеб бел.	г.п.	томатна паста	5	1,49				
			сахар	0,5	0,043				
			Напиток Яблочно-лимонный	200	16,116	101	0,3	0,2	0,8
			Яблоко	57	10,716				
			лимон	16	3,68				
	хлеб черн.	г.п.	Сахар	20	1,72				
			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
					92,55	1134,7	40,45	37,35	114,35
Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (Апельсин)	200	52	108	2,7	0,56	2,24
			сок фруктовый	200	16,6	92	1	0	25,4
			Вафли	35	13,37	81	0,74	3,78	0,063
					81,97	281	4,44	4,34	27,703
Ужин	закуска	93/107	Гуляш из отварной курицы	120/49	106,6195	315	4,3	0	37,8
			Филе куриное	220	101,2				
			лук реп.	18,7	0,8976				
			морковь	22,3	1,4049				
			масло растительное	10	1,6				
	гор.блюдо	129/151	мука	5	0,325				
			томатна паста	4	1,192				
			Картофель отварной	180	6,66	176,4	4,3	0	37,8
			картофель	310	21,08				
			масло сливочное	4	5,04				
Итого	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,56	93,5	3,5	0,5	24,15
			хлеб ржаной	40	1,6	74,4	2,3	0,3	14,8
	гор. Напиток	269//296	чай с молоком	200	5,4436	35	0,1	0,03	9,9
			чай	0,4	0,3336				
			Сахар	10	0,86				
			молоко	50	4,25				
					121,8831	694,3	14,5	0,83	124,45
завтрак 2	кисломолочный напиток	г.п.	кефир	200	19,2	100	5,8	5	8
					13,2	166,8	2,9	0,7	166,8
			Печенье сахарное	40					
					32,4	266,8	8,7	5,7	174,8
Итого за весь день					428,29	2965,9	113	80,63	413,42

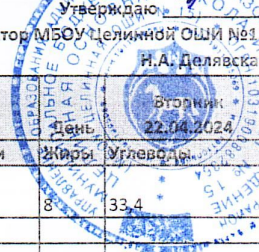
Утверждаю
Директор МБОУ
Целинной ОШИ №15
Н.А. Делявская

Введен
22.04.2025г.

Утверждено

	Основное организованное меню								
Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15			Отд./корп					
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. Блюдо	125/238	каша гречневая	180/5	16,74	158	8,2	8	35,4
			молочная вязкая	45	2,7				
			гречка	5	0,43				
			сахар	86	7,31				
			молоко	5	6,3				
	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				
Итого				99,89	472	21,7	16,56	58,14	
Обед	закуска	39/47	салат "из белокочанной капусты с зеленым гор."	60	14,308	92	4,2	9,2	5,7
			капуста белокочанная	68	4,488				
			лук реп.	20	0,96				
			горошек консерв.	34	3,06				
			яйцо	40	4,2				
	1 блюдо	65/78	масло растительное	10	1,6				
			Борщ с капустой и картофелем	200	7,238	110	2,13	5,63	10,13
			капуста белокочанная	20	1,32				
			картофель	21	1,428				
			морковь	10	0,63				
			лук реп.	9	0,432				
			масло растительное	4	0,64				
			свекла	42	2,1				
			сметана	8	3,26856				
			томатна паста	3	2,384				
	2 блюдо	93/107	сахар	2	0,688				
			Котлета с соусом	80/30	39,3758	118,3	12	11	11
			Котлета	100	33				
			Соус	12,3	3,29				
			лук реп.	0,5	0,024				
			томатна паста	3	0,894				
			масло сливочное	1,7	2,142				
			мука	1,3	0,0845				
			морковь	1,9	0,1197				
			сахар	0,3	0,0258				
	гарнир	129/151	Макароны с маслом	200/10	8,88	275	8,4	6,4	51
			макароны	64	3,84				
			масло сливочное	4	5,04				
	напиток	278/303	Напиток Яблочно- лимонный	200	16,116	101	0,3	0,2	0,8
			Яблоко	57	10,716				
			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				88,28	827	31,68	33,08	110,18	
Итого за весь день				188,17	1299	53,38	49,64	168,32	



Основное организованное меню										Утверждаю:  директор МБОУ Целинной ОШИ №15 Н.А. Делявская	
МБОУ Целинная ОШИ № 15											
Школа	12-13 приходящие			Отд./корп							
Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор. Блюдо	125/238	Каша гречневая молочная вязкая	180/5	22,996	145	8,2	8	33,4		
			молоко	120	10,2						
			гречка	63	3,78						
			сахар	6	0,516						
			масло сливочное	7	8,82						
		272/29	Кофейный напиток на молоке	200	10,04	94	2,9	2,8	11,2		
			Кофейный напиток	8	0,68						
			сахар	10	0,86						
			молоко	100	8,5						
			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						
Итого					141,216	549	24,6	19,36	69,34		
Обед	закуска	сен.17	Салат "Из белокачанной капусты с зеленым горошком"	100	12,824	99	4,2	9,2	5,7		
			капуста белокачанная	84	5,544						
			гороше консерв.	20	1,8						
			яйцо	40	4,2						
			масло растительное	8	1,28						
	1 блюдо	65/78	Борщ с капустой и картофелем	300	16,5137	165	2,8	5,6	8,3		
			капуста белокачанная	30	1,98						
			картофель	48	3,264						
			морковь	16	1,008						
			лук реп.	14	0,672						
			масло растительное	6	0,96						
			свекла	64	3,2						
			томатная паста	3,5	1,043						
			сметана	10	4,0857						
			сахар	3,5	0,301						
	2 блюдо	129/151	Котлета с соусом	120/50	35,77	315	20,1	15,3	17		
			Котлета	100	33						
			соус	5,3	2,773						
			лук реп.	1	0,048						
			морковь	3	0,18						
			томатна паста	5	1,49						
			масло сливочное	0,7	0,882						
			сахар	0,5	0,043						
			мука	2	0,13						
			гарнир	129/151	Макароны отварные с маслом	230/10	10,14	301	8,4	6,4	51
	Макароны	64			3,84						
	масло сливочное	5			6,3						
	напиток	278/303	Напиток Яблочно-лимонный	200	16,116	101	0,3	0,2	0,8		
			Яблоко	57	10,716						
			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					93,73	1111,7	40,45	37,35	114,35	
	Итого за весь день					234,94	1660,7	65,05	56,71	183,69	

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

Вторник
22.04.2024
День

Основное организованное меню									
Школа	МБОУ Целинная ОШ № 15			Отд./корп					
Прием пищи	Раздел	№ рецеп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углебод.
Завтрак	гор. Блюдо	125/238	Каша гречневая молочная вязкая	150/5	73,44	158	8,2	8	33,4
Завтрак			гречка	45	2,7				
Завтрак			сахар	5	0,43				
Завтрак			молоко	86	7,31				
Завтрак			масло сливочное	5	63				
Завтрак	гор. Блюдо	125/238	Сырники из творога	100/10	45,675	125	25	15	20
			творог	135	34,425				
			Яйцо	1/8шт	0,84				
			мука	20	1,3				
			сахар	15	1,29				
			масло сливочное	5	6,3				
			сгущенное молоко	10	1,52				
	гор.напиток	272/29	кофейный напиток на молоке	200	9,564	94	2,9	2,8	11,2
			кофейный напиток	2,4	0,204				
			молоко	100	8,5				
			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					67,189	483	41,1	28,8	79,1
Обед									
	закуска	39/47	салат "Из белокочанной капусты с зеленым горошком"	60	13,828	92	4,2	9,2	5,7
			капуста белокочанная	68	4,488				
			лук	20	0,96				
			горошек консерв.	34	3,06				
			яйцо	40	4,2				
			масло растительное	7	1,12				
	1 блюдо	65/78	Борщ с капустой и картофелем	200	11,18256	110	1,9	6,6	10,13
			капуста белокочанная	20	1,32				
			картофель	21	1,428				
			морковь	10	0,63				
			свекла	42	2,1				
			сахар	2	0,172				
			лук реп.	9	0,432				
			масло растительное	4	0,64				
			томатная паста	3	1,192				
			сметана	8	3,26856				
	2 блюдо	99/113	Котлета с соусом	90	34,5782	118,3	12	11	11
			котлета	100	33				
			соус	12,3	1,5782				
			лук реп.	0,5	0,24				
			томатная паста	3	0,894				
			масло сливочное	1,7	0,2142				
			мука	1,3	0,0845				
			морковь	1,9	0,1197				
			сахар	0,3	0,0258				
	гарнир	129/151	макаронные отварные с маслом	200/10	4,47	275	8,4	6,4	51
			макаронные	64	3,84				
			масло сливочное	5	0,63				
	напиток	278/303	Напиток Яблочно-лимонный	200	16,116	101	0,3	0,2	0,8
			Яблоко	57	10,716				
			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					82,63	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	26,12	151	3,5	3,8	25
			картофель	310	21,08				
			масло сливочное	4	5,04				
	гор.блюдо	93/107	Гуляш из отварной курицы	80/30	95,4189	268,2	11,2	17,91	6,3
			лук реп.	15,4	0,7392				
			томатная паста	3,3	0,9834				
			морковь	19,1	1,2033				
			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	5,4436	69	1,6	1,8	12,4
			чай	0,4	0,3336				
			Сахар	10	0,86				
			молоко	50	4,25				
Итого					129,7475	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	9,9	125,1	2,18	0,53	125,1
Итого					29,1	225,1	7,98	5,53	133,1
Итого за весь день					390,54	2451,21	106,34	96,98	396,583

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

История: 24.04.2024г

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 229723484149701461558283897186772312471353484434

Владелец Делявская Наталья Анатольевна

Действителен с 28.11.2024 по 28.11.2025