

Основное организованное меню									
Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет проживающие			Отд./корп					
Прием пищи	Раздел	№ рещ.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. Блюдо	125/238	Каша гречневая молочная	180/5	20,796	240	8,2	8	33,4
			вязкая	53	3,78				
			гречка	120	10,2				
			молоко	6	0,516				
			сахар	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				
	Итого				99,486	626	43,7	30,1	81,8
Обед	закуска	39/47	салат "из белокочанной	100	14,719	122	4,2	9,2	5,7
			капусты с зелюгорошком"	84	5,544				
			капуста белокочанная	25	1,575				
			морковь	20	1,8				
			горошек консерв.	40	4,2				
			яйцо	8	1,6				
	1 блюдо	65/78	Борщ	300	11,067	165	2,8	5,6	8,3
			капуста белокочанная	30	1,98				
			картофель	32	2,176				
			морковь	16	1,008				
			лук реп.	14	0,7				
			масло растительное	6	0,96				
			свекла	64	3,2				
			сметана	10	4,0857				
			сахар	3,5	0,301				
			томатна паста	3,5	1,043				
	2 блюдо	202/225	Макароны отварные с маслом	230/10	10,14	301	8,4	6,4	51
			макароны	64	3,84				
	гарнир	99/113	Котлета с соусом	120/50	38,174	315	20,1	15,3	17
			котлета	100	33				
			соус	10	5,174				
			лук реп.	1	0,05				
			морковь	3	0,189				
			масло сливочное	2,7	3,402				
			томатна паста	5	1,49				
			сахар	0,5	0,043				
	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				92,58	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	106,6569	315	4,3	0	37,8
			Филе куриное	220	101,2				
			лук реп.	18,7	0,935				
			морковь	22,3	1,4049				
			масло растительное	10	1,6				
			мука	5	0,325				
	гор.блюдо	129/151	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				
			хлеб бел.	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	5,4436	35	0,1	0,03	9,9
			чай	0,4	0,3336				
			Сахар	10	0,86				
			молоко	50	4,25				
Итого				121,9205	694,3	14,5	0,93	124,45	
завтрак 2	кисломолочный	г.п.	кефир	200	19,2	100	5,8	5	8
	напиток		40	13,2	166,8	2,9	0,7	166,8	
	сладкое		Печенье сахарное	40	32,4	266,8	8,7	5,7	174,8
Итого					32,4	266,8	8,7	5,7	174,8
Итого за весь день					428,35	2965,9	113	80,63	413,42



Основное организованное меню											
Утверждаю директор МБОУ Целинной ОШ №15 Н.А. Делаская Подпись 23/06/2024											
Школа	МБОУ Целинная ОШ № 15 12-18 приходящие			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	22,996	145	8,2	3	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
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						
			горохе консерв.	20	1,8						
			яйцо	40	4,2						
			масло растительное	8	1,28						
			1 блюдо	65/78	Борщ с капустой и картофелем	300	16,5417	165	2,8	5,6	8,3
					капуста белокачанная	30	1,98				
					картофель	48	3,264				
					морковь	16	1,008				
					лук реп.	14	0,7				
					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	35,78	315	20,1	15,3	17		
			Котлета	100	33						
			соус	5,3	2,775						
			лук реп.	1	0,05						
			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					93,76	1111,7	40,45	37,35	114,35	
	Итого за весь день					234,97	1660,7	65,05	56,71	183,69	



Основное организованное меню									
Школа	МБОУ Целинная ОШИ №15 7-11 лет проживающие			Отд./кварт				День	Учитель
Приним. лица	Раздел	№ рецеп.	блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углебоды
Завтрак	гор. Блюдо	125/238	каша гречневая молочная вязкая	150/5	73,44	158	8,2	18	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				
			стуженое 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	13,868	92	4,2	9,2	5,7
			капуста белокочанная	68	4,488				
			лук	20	1				
			горошек консерв.	34	3,06				
			яйцо	40	4,2				
			масло растительное	7	1,12				
	1 блюдо	65/78	Борщ с капустой и картофелем	200	11,20056	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	0,45				
			масло растительное	4	0,64				
			томатная паста	3	1,192				
			сметана	8	3,26856				
	2 блюдо	99/113	Котлета с соусом	90	34,5882	118,3	12	11	11
			котлета	100	33				
			соус	12,3	1,5882				
			лук реп.	0,5	0,25				
			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	макароны отварные с маслом	200/10	4,47	275	8,4	6,4	51
			макароны	64	3,84				
			масло сливочное	5	0,63				
	напиток	278/303	Напиток Яблочко-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					82,60	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	95,4497	268,2	11,2	17,91	6,3
			лук реп.	15,4	0,77				
			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					129,7783	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					370,84	2451,21	106,34	96,93	396,583

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

День: вторник, 29.04.2024г.

Основное организованное меню									
Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 1-4 классы			Отд./корп					
Приним пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. Блюдо	125/238	каша гречневая						
			молочная вязкая	180/5	16,74	158	8,2		
			гречка	45	2,7				
			сахар	5	0,43				
			молоко	86	7,31				
			масло сливочное	5	6,3				
	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					99,89	472	21,7	16,56	58,14
Обед	закуска	39/47	салат "из белокачанной						
			капусты с зеленым гор."	60	14,348	92	4,2	9,2	5,7
			капуста белокачанная	68	4,488				
			лук реп.	20	1				
			гороше консерв.	34	3,06				
			яйцо	40	4,2				
			масло растительное	10	1,6				
	1 блюдо	65/78	Борщ с капустой и						
			картофелем	200	7,256	110	2,13	5,63	10,13
			капуста белокачанная	20	1,32				
			картофель	21	1,428				
			морковь	10	0,63				
			лук реп.	9	0,45				
			масло растительное	4	0,64				
			свекла	42	2,1				
			сметана	8	3,26856				
			томатна паста	3	2,384				
			сахар	2	0,688				
	2 блюдо	93/107	Котлета с соусом	80/30	39,3778	118,3	12	11	11
			Котлета	100	33				
			Соус	12,3	3,291				
			лук реп.	0,5	0,025				
			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					88,34	827	31,68	33,08	110,18
Итого за весь день					188,23	1299	53,38	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