

		Основное организованное меню					Утверждаю _____ директор МБОУ Целинной ОШИ №15 Н.А. Делянская		
Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15		Отд./корп				День	Понедельник 29.09.2025г	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	173/196	Каша рисовая вязкая	180/5.	30,95	218	5	7	29,2
			масло сливочное	5	4,74				
			рис	55	4,86				
			молоко	205	20,91				
	напиток	272/299	сахар	5	0,44				
			Кофейный напиток на						
			молоке	200	11,41	109	3,2	2,8	18,5
			кофейный напиток	2	0,34				
	хлеб	231/254	сахар	10	0,88				
			молоко	100	10,20				
			блины с маслом	80	5,36	80,8	2,32	4,08	12,72
			мука	50	2,03				
			сахар	2	0,18				
			соль	1	0,04				
			дрожжи	0,5	0,10				
			масло растительное	5	0,42				
Итого	Обед		яйцо вареное	40	2,60	63	5,08	4,6	0,28
					50,32	470,8	15,6	18,48	60,7
			Винегрет овощной с						
			фасолью	100	9,93	95,2	4,32	17,9	15,3
			картофель отварной	20	1,14				
			лук реп.	12	0,61				
			масло растительное	8	1,11				
			морковь	8	0,52				
			свекла	14	0,69				
			фасоль						
			консервированная	26	2,18				
			огурец соленый	18	3,67				
			суп картофельный с						
			лапшой	200	6,77	88	2,24	2,2	11,24
Итого	Полдник		картофель	60	3,42				
			морковь	8	0,52				
			лук реп.	8	0,41				
			масло растительное	2	0,28				
			лапша	8	2,14				
			Гуляш из отварной						
			курицы	90	37,37	268,2	11,2	17,91	6,3
			Филе курицы	100	33,80				
			морковь	13,5	0,88				
			лук реп.	11,2	0,57				
			мука	3,3	0,13				
			томатна паста	3,3	0,91				
			масло растительное	7,8	1,08				
			картофель отварной с						
Итого	Ужин		маслом	180/4	21,46	151	3,5	3,8	25
			картофель	310	17,67				
			масло сливочное	4	3,79				
			яблочно-лимонный						
			напиток	200	17,72	78	0,3	0,2	25,1
			яблоко	57	11,29				
			сахар	20	1,75				
			лимон	16	4,68				
			хлеб бел.	г.п.	1,56	93,5	3,5	0,5	24,15
			хлеб черн.	г.п.	1,60	74,4	2,3	0,3	14,8
					96,41	848,3	27,36	42,81	121,89
			фрукты	г.п.	16,15	96	1,13	0,38	14,25
			напиток	г.п.	16,9	92	1	0	25,4
			сладкое	г.п.	3,87	200	1,8	6,5	34
					36,92	388	3,93	6,88	73,65
Итого	Завтрак 2		Салат	39/47	80/30	9,7765	137	3,8	10,5
			картофель	62	3,534				
			Морковь	27,5	1,7875				
			зеленый горошек	27	3,48				
			яйцо	15	0,975				
			гарнир	99/113	80/30	42,14385	200	13,8	11,1
			Биточки мясные с соусом	80	39,6				
			Биточки	12,3	2,54385				
			соус	0,5	0,02535				
			лук реп.	3	0,828				
			томатна паста	1,7	1,6116				
			масло сливочное	1,3	0,05265				
			мука	0,03	0,02625				
			сахар	150	7,7985	76,5	4,2	5,7	2,4
Итого	Завтрак 2		гор.блюдо	166/189	67	2,1105			
			Перловка	6	5,688				
			масло сливочное	35	1,365	119,09	3,45	1,36	23,36
			хлеб бел.	г.п.	1,4	74,4	2,3	0,3	14,8
			хлеб черн.	г.п.	200	1,183	35	0,1	0,03
			чай с сахаром	0,4	0,308				
			чай	10	0,875				
			сахар		63,66685	641,99	23,85	18,49	61,56
			кисломолочный						
			напиток	г.п.	200	23,6	100	5,8	5
			сладкое	г.п.	5,538	125,1	2,18	2,85	125,1
			Печенье сахарное	30	29,138	225,1	7,98	86,66	317,8
					276,45	2574,19	78,72	173,32	635,6
			Итого за весь день						

	Утверждаю _____ директор МБОУ Целинной ОШИ №1 Н.А. Делявская
День	Понедельник 29.09.2025г.
Жиры	Углеводы
15,3	29,3

Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 приходящие				Отд./корп			День	Понедельник 29.09.2025г
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	173/196	Каша рисовая вязкая	15	23,81	270,8	5,1	15,3	29,3
			масло сливочное	5	4,74				
			рис	40	3,54				
			молоко	148	15,10				
			сахар	5	0,44				
	Фрукт	г.п	фрукт (банан)	190	30,69	70,88	1,13	0,38	14,25
	напиток	г.п	кефир	200	23,60	100	5,8	5	8
			бтерброд с маслом	3	4,01	106	5	3	14,5
			масло сливочное	3	2,84				
	г.п	хлеб пшеничный	30	1,17					
Итого					82,11	547,68	17,03	23,68	66,05
Обед	закуска	36/44	Винегрет овощной с фасолью	100	9,63	95,2	4,32	17,9	15,03
			картофель отварной	20	1,14				
			лук реп.	6	0,30				
			масло растительное	8	1,11				
			Фасоль консерв.	24	2,18				
			огурец соленый	18	3,67				
			свекла	14	0,69				
			морковь	8	0,52				
	1 блюдо	60/73	суп картофельный с лапшой	200	6,77	88	2,24	2,2	11,24
			картофель	60	3,42				
			морковь	8	0,52				
			лук реп.	8	0,41				
			масло растительное	2	0,28				
			лапша	8	2,14				
	2 блюдо	119/135	Гуляш из мяса птицы	90	73,78	268,2	11,2	17,91	6,3
			Филе куриное	198	66,92				
			морковь	19,1	1,24				
			мука	3,3	0,13				
			томатная паста	3,3	0,91				
			лук реп.	15,4	0,78				
			масло сливочное	4	3,79				
	гарнир	202/225	картофель отварной	150	21,46	121	3,5	3,8	25
			Картофель	310	17,67				
			масло сливочное	4	3,79				
	напиток	276/303	яблочно-лимонный напиток	200	17,72	78	0,3	0,2	25,1
			яблоко	57	11,29				
			сахар	20	1,75				
		лимон	16	4,68					
хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,56	93,5	3,5	0,5	24,15	
хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	40	1,60	74,4	2,3	0,3	14,8	
Итого					132,51	818,3	27,36	42,81	121,62
Итого за весь день					214,62	1365,98	44,39	66,49	187,67

	Основное организованное меню						Утверждаю директор МБОУ Целинной ОШИ №15 Н.А. Делявская					
Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет проживающие			Отд./корп			День	Понедельник 29.09.2025г				
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	гор.блюдо	173/196	Каша рисовая вязкая	250	32,93	296	9,7	12	54,4			
			масло сливочное	7	6,64							
			рис	55	4,86							
			молоко	205	20,91							
			сахар	6	0,53							
	гор.напиток	272/299	кофейный напиток на молоке	200	11,61	109	3,2	2,8	18,5			
			молоко	100	10,20							
			кофейный напиток	8	0,54							
			сахар	10	0,88							
			хлеб	231/254	блины с маслом	100	7,92	226	5,4	7,6	33,4	
	мука	50	2,03									
	сахар	2	0,18									
	соль	1	0,04									
	дрожжи	1	0,20									
				масло растительное	3	0,42						
				масло сливочное	5	4,74						
яйцо вареное				40	0,33							
					52,47	631	18,3	22,4	106,3			
Обед				закуска	43/51	Винегрет овощной с фасолью	100	24,33	95,2	4,32	17,9	15,03
						картофель отварной	25	1,43				
						лук реп.	14	0,71				
						масло растительное	10	13,90				
						фасоль консервированная	27	2,27				
						морковь	10	0,65				
	свекла	18	0,89									
	огурец соленый	22	4,49									
	1 блюдо	60/73	суп картофельный с лапшой			250	10,07	110	2,8	2,75	17,8	
	картофель		93			5,30						
	морковь		12,5	0,81								
	лук реп.		11,5	0,58								
	масло растительное		3	0,70								
	2 блюдо	93/107	лапша	10	2,68							
			Гуляш из отварной курицы	100	78,69	323	22,5	19,9	7			
			Филе курицы	220	74,36							
			морковь	17	1,11							
			лук реп.	11,2	0,57							
			томатна паста	4	1,10							
			масло растительное	10	1,39							
			мука	4	0,16							
			гарнир	129/151	картофель отварной с маслом	180/7	8,39	207	11,5	6,4	32	
			картофель		310	3,65						
	масло сливочное	5	4,74									
	напиток	276/303	яблочно-лимонный напиток	200	17,72	101	0,3	0,2	2,5			
			яблоко	57	11,29							
			сахар	20	1,75							
			лимон	16	4,68							
			хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	50	1,95	245	7	1,2	50,8	
хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	40	1,60	74,4	2,3	0,3	14,8				
Итого					142,75	1155,6	50,72	48,65	139,93			
Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (банан)	150	30,685	144	2,3	0,8	31,5			
	напиток	г.п.	сок фруктовый	200	16,9	92	1	0	25,4			
	сладкое	г.п.	пряник	50	6,45	200	1,8	6,5	34			
Итого					54,035	436	5,1	7,3	90,9			
	закуска	39/47	Салат Студенческий	100	6,8935	137	3,8	10,5	6,8			
			картофель	45	2,565							
			морковь	27,5	1,7875							
			зеленый горошек консерв.	27	1,566							
			яйцо вареное	15	0,975							
	гарнир	99/113	Биточки мясные с маслом	120/50	52,88705	315	21,1	15	14,2			
			Биточки	100	49,5							
			Соус	5,3	3,38705							
			лук реп.	1	0,0507							
			томатна паста	5	1,38							
			масло сливочное	0,7	0,6636							
			мука	2	0,081							
			морковь	3	0,195							
			сахар	0,5	0,04375							
			масло растительное	7	0,973							
	гор.блюдо	166/189	Каша перловая рассыпчатая	200	7,7985	240	21,1	15	14,2			
			перловка	67	2,1105							
			масло сливочное	6	5,688							
			хлеб бел.	55	2,145	131	3,8	1,8	25,7			
			хлеб черн.	40	1,6	74,4	2,3	0,3	14,8			
	гор. Напиток	269/296	чай с сахаром	200	1,183	35	0,1	0,03	9,9			
			чай	0,4	0,308							
			сахар	10	0,875							
Итого				65,61355	795,4	48,4	32,13	78,8				
завтрак 2	кисломолочн ый напиток	г.п.	кефир	200	23,6	100	5,8	5	8			
	сладкое	г.п.	Печенье сахарное	40	7,384	166,8	2,9	3,8	166,8			
Итого					30,984	266,8	8,7	8,8	174,8			
Итого за весь день					345,84	3284,8	131,22	119,28	590,73			

						Утверждаю директор МБОУ Целинной ОШИ №15 Н.А. Делявская					
Основное организованное меню											
Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет приходящие			Отд./корп			День	Понедельник 29.09.2025г.			
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор.блюдо	173/196	Каша рисовая вязкая	250	32,93	296	9,7	12	54,4		
			масло сливочное	7	6,64						
			рис	55	4,86						
			молоко	205	20,91						
			сахар	6	0,53						
	напиток	г.п	кефир	200	23,60	100	5,8	5	8		
	фрукт	г.п	Фрукт (банан)	200	32,30	179,3	1,13	0,38	14,25		
		02.окт	Бутерброд с маслом	200	4,94	328	6,7	9,6	13,2		
			масло сливочное	5	4,74						
		хлеб пшеничный	40	0,20							
Итого				93,77	903,3	23,33	26,98	89,85			
Обед	закуска	43/51	Винегрет овощной с фасолью	100	4,22	95,2	4,32	17,9	15,03		
			картофель отварной	25	1,43						
			лук реп.	14	0,71						
			масло растительное	10	1,39						
			Фасоль консерв.	30	2,52						
			свекла	18	0,89						
			морковь	10,7	0,70						
	1 блюдо	60/73	суп картофельный с лапшой	250	9,79	110	2,8	2,75	17,8		
			картофель	93	5,30						
			морковь	12,5	0,81						
			лук реп.	11,5	0,58						
			масло растительное	3	0,42						
			лапша	10	2,68						
	2 блюдо	119/135	Гуляш из мяса птицы	100	79,41	323	22,5	19,9	7		
			Филе курицы	220	74,36						
			мука	4	0,16						
			лук реп.	18,7	0,95						
			морковь	22,3	1,45						
			масло растительное	10	1,39						
			томатная паста	4	1,10						
			гарнир	202/169	картофель отварной	180	21,46	151	3,5	3,8	25
				картофель	310	17,67					
				масло сливочное	4	3,79					
	напиток	276/303	яблочно-лимонный напиток	200	17,72	101	0,3	0,2	2,5		
			яблоко	57	11,29						
			сахар	20	1,75						
			лимон	16	4,68						
			хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,56	93,5	3,5	0,5	24,15
	хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	40	1,60	74,4	2,3	0,3	14,8		
Итого				57,46	948,1	39,22	45,35	106,28			
Итого за весь день				151,22	1851,4	62,55	72,33	196,13			

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 229723484149701461558283897186772312471353484434

Владелец Делявская Наталья Анатольевна

Действителен с 28.11.2024 по 28.11.2025