

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

Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 лет проживающие			Отд./корп				Дени	Среда 01.10.2025г		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор.блюдо	182/205	каша манная молочная	180/5.	22,43	234	7,3	9,2	30,5		
			жидкая	28	1,13						
			круп манная	158	16,12						
			молоко	5	0,44						
			Сахар	5	4,74						
	гор.напиток	275/302	какао на гущенном	200	2,89		3,5	3,4	19,6		
			молоке	2	0,29						
			какао порошок	38	5,59						
	хлеб	4/12.	молоко гущенное	40	2,60						
			яйцо вареное	40	2,60						
			бутерброд с повидлом	40-50-10	19,82	222	2,4	7,5	36,9		
			масло сливочное	10	9,48						
		хлеб пшеничный	40	1,56							
		повидло	50	8,78							
Итого				45,13	456	13,2	20,1	87			
Обед	закуска	20/28	салат "из свежих огурцов и помидор"	60	6,04	81	0,7	7,4	2,9		
			огурец свежий	30	1,77						
			помидор	38	2,96						
			лук реп.	10	0,51						
			масло растительное	5	0,70						
			кислота лимонная	0,5	0,008						
			сахар	1	0,09						
			соль	0,3	0,01						
			рассольник								
			Ленинградский	250/10	20,26	120	18,16	5,3	15,4		
	1 блюдо	56/69	картофель	93,3	5,32						
			круп перловая	5	0,16						
			морковь	12,5	0,81						
			лук реп.	6,6	0,33						
			масло сливочное	5	4,74						
			огурец соленый	26,6	5,43						
			сметана	10	3,48						
			рыба припущенная "Минтай"	90	42,16	224	18,2	10,2	2		
			минтай	196	41,53						
			морковь	5	0,33						
	соус	227/250	лук реп.	6	0,30						
			соус белый основной	20	1,29	49,2	3,76	3,48	0,76		
			лук реп.	1	0,05						
			масло сливочное	1,25	1,19						
	гарнир	131/153	мука	1,25	0,05						
			картофельное пюре	150	16,37	140	1,8	1,2	0,81		
			картофель	161,5	9,21						
			масло сливочное	5	4,74						
			молоко кипяченое	23,75	2,42						
			напиток	291/318	кисель плодово - ягодный	200	8,00	76	0	0	20
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,56	93,5	3,5	0,5	24,15		
хлеб ржаной			40	1,60	65,1	2,01	0,26	1,04			
хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	40	1,60	65,1	2,01	0,26	1,04			
Итого				97,28	848,8	48,13	28,34	67,06			
Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (яблоко)	180	35,64	33,3	0,3	0,3	6,75		
	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				58,99	325,3	3,1	6,8	66,15			
Ужин	закуска	18/26	салат из моркови с яблоком	100	13,17638	67	0,9	3,4	8,4		
			морковь	80	5,2						
			яблоко	23	4,554						
			масло растительное	24	3,336						
			кислота лимонная	0,3	0,0045						
			Сахар	0,8	0,07						
			соль	0,3	0,01188						
			плов с мясом птицы	170	53,02096	443,7	12,1	9,2	36,8		
			куры	160,5	45,7425						
			масло растительное	3,5	0,4865						
	гор.блюдо	123/145	лук реп.	10,8	0,54756						
			морковь	11,5	0,7475						
			круп рисовая	41	3,6244						
			масло растительное	9,5	1,3205						
			томатная паста	2	0,552						
			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	268/295	чай с сахаром	200	1,183	35	0,1	0,03	9,9
			чай	0,4	0,308						
			сахар	10	0,875						
			Итого				70,54034	713,6	18,9	13,43	94,05
завтрак 2	кисломолочный напиток	г.п.	Кефир	200	23,6	100	5,8	5	8		
			сладкое	252/276	ватрушка с творогом	50	8,38694	136	5,8	3,6	19,4
			мука	32	1,296						
			сахар	3,1	0,27125						
			масло сливочное	2	1,896						
			яйцо	8шт	0,52						
			дрожжи	0,2	0,04						
			соль	0,4	0,01584						
			масло растительное	0,2	0,0278						
			ванилин	0,002	0,00005						
			творог	16	4,32						
	Итого				31,98694	236	11,6	8,6	27,4		
	Итого за весь день					303,93	2579,7	94,93	77,27	341,66	

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

Основное организованное меню

Среднее образовательное меню									
Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 1-4 классы7-11 приходящие			Отд./корп				День	Среда 01.10.2025г
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	182/205	каша манная молочная жидкая	150	23,20	234	7,3	9,2	30,5
			крупа манная	28	1,90				
			молоко	158	16,12				
			Сахар	5	0,44				
			масло сливочное	5	4,74				
	гор.напиток	275/302	какао на сгущенном молоке	200	5,87	120	3,5	3,4	19,6
			какао порошок	2	0,29				
			молоко сгущенное	38	5,59				
	напиток	г.п.	кефир	200	23,60	100	5,8	5	8
	фрукт	г.п.	фрукт (Яблоко)	180	35,64	33,3	0,3	0,3	6,75
хлеб	4/12.	бутерброд с повидлом	30/40/10	16,49	222	2,4	7,5	36,9	
		хлеб пшеничный	30	1,17					
		повидло	40	7,02					
Итого				104,80	709,3	19,3	25,4	101,75	
Обед	закуска	20/28	салат "Из свежих огурцов и помидор"	100	6,04	61	0,7	7,4	2,9
			огурец свежий	30	1,77				
			помидор	38	2,96				
			лук реп.	10	0,51				
			масло растительное	5	0,70				
			кислота лимонная	0,5	0,008				
			сахар	1	0,09				
			соль	0,3	0,01				
	1 блюдо	56/69	рассольник Ленинградский	250/10	20,26	120	18,16	5,3	15,4
			картофель	93,3	5,32				
			крупа перловая	5	0,16				
			морковь	12,5	0,81				
			лук реп.	6,6	0,33				
			масло сливочное	5	4,74				
			огурец соленый	26,6	5,43				
			сметана	10	3,48				
	2 блюдо	77/91	рыба припущенная "Минтай"	90	42,16	226	18,2	10,2	2
			минтай	196	41,53				
			морковь	5	0,33				
			лук реп.	6	0,30				
	соус	227/250	соус белый основной	20	1,29	45,2	3,76	3,48	0,76
			лук реп.	1	0,05				
			масло сливочное	1,25	1,19				
			мука	1,25	0,05				
	гарнир	131/153	картофельное пюре	150	16,37	140	1,8	1,2	0,81
			картофель	161,5	9,21				
			масло сливочное	5	4,74				
молоко кипяченое			23,75	2,42					
напиток	291/318	кисель плодово - ягодный	200	8,00	76	0	0	20	
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	65,1	2,01	0,26	1,04	
Итого				97,28	826,8	48,13	28,34	67,06	
Итого за весь день					202,08	1536,1	67,43	53,74	168,81

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

Основное организованное меню

МБОУ Целинная ОШИ № 15									Среда
Школа	12-18 лет приходящие			Отд./корп				День	01.10.2025г.
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	182/205	каша манная молочная жидкая	29	32,25	210	10,2	12,8	42,3
			крупа манная	39	2,65				
			молоко	220	22,44				
			Сахар	6	0,53				
			масло сливочное	7	6,64				
	гор.напиток	275/302	какао на сгущенном молоке	200	5,87	120	3,5	3,4	19,6
			какао порошок	2	0,29				
		молоко сгущенное	38	5,59					
	напиток	г.п.	кефир	200	23,60	100	5,8	5	8
	Фрукт	г.п.	фрукт (Яблоко)	180	35,64	33,3	0,3	0,3	6,755
хлеб	4/12.	бутерброд с повидлом	30/40/10	17,31	122	2,4	7,5	36,9	
		масло сливочное	10	9,48					
		повидло	40	7,02					
Итого				114,68	585,3	22,2	29	113,555	
Обед	закуска	14/22	салат "Из свежих огурцов и помидор"	100	8,33	81	0,7	7,4	2,9
			огурец свежий	50	2,95				
			помидор	47	3,67				
			лук реп.	18	0,91				
			масло растительное	5	0,70				
			кислота лимонная	0,5	0,01				
			сахар	1	0,09				
			соль	0,3	0,01				
	1 блюдо	56/69	рассольник Ленинградский	250/10	20,26	120	18,16	5,3	15,4
			картофель	93,3	5,32				
			крупа перловая	5	0,16				
			морковь	12,5	0,81				
			лук реп.	6,6	0,33				
			масло сливочное	5	4,74				
			огурец соленый	26,6	5,43				
			сметана	10	3,48				
	2 блюдо	77/91	рыба припущенная "Минтай"	100	52,64	259,2	3	14,5	2,16
			морковь	4	0,26				
			минтай	246	52,13				
			лук реп.	5	0,25				
	гарнир	131/153	картофельное пюре	180	19,62	168	3,7	6,3	23,4
			картофель	193,5	11,03				
			масло сливочное	6	5,69				
			молоко кипяченое	28,5	2,91				
	напиток	291/318	кисель плодово - ягодный	200	8,00	76	0	0	20
	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
	соус	227/250	соус белый основной	20	1,29	61,5	4,7	4,35	0,95
			мука	1,25	0,05				
			лук реп.	1	0,05				
			масло сливочное	1,25	1,19				
Итого				113,31	933,6	36,06	38,65	103,76	
Итого за весь день					227,98	1518,9	58,26	67,65	217,315

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

Основное организованное меню

Делявская

Основное организационное меню					Делявская		Среда 01.10.2025г.					
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	182/205	каша манная молочная жидкая	250	32,25	325	10,2	12,8	42,3			
			крупа манная	39	2,65							
			молоко	220	22,44							
			Сахар	6	0,53							
			масло сливочное	7	6,64							
	гор.напиток	275/302	какао на сгущенном молоке	200	5,87	120	3,5	3,4	19,6			
			какао порошок	2	0,29							
			молоко сгущенное	38	5,59							
	хлеб	4/12.	бутерброд с повидлом	43/40/10	16,49	349	4,1	12,6	55,6			
			хлеб пшеничный	30	1,17							
				повидло	40	7,02						
					54,62	794	17,8	28,8	117,5			
Итого												
Обед	закуска	20/28	салат "из свежих огурцов и помидор"	100	8,33	81	0,7	7,4	2,9			
			огурец свежий	50	2,95							
			помидор	47	3,67							
			лук реп.	18	0,91							
			масло растительное	5	0,70							
			кислота лимонная	0,5	0,008							
			сахар	1	0,09							
			соль	0,3	0,01							
			рассольник Ленинградский	250/10	20,26	120	18,16	5,3	15,4			
			картофель	93,3	5,32							
	1 блюдо	56/69	картофель	5	0,16							
			крупа перловая	12,5	0,81							
			морковь	6,6	0,33							
			лук реп.	5	4,74							
			масло сливочное	26,6	5,43							
			огурец соленый	10	3,48							
			сметана									
			рыба припущенная "Минтай"	100	52,64	259,2	3	14,5	2,16			
			морковь	4	0,26							
			минтай	246	52,13							
	2 блюдо	77/91	лук реп.	5	0,25							
			картофельное пюре	180	19,62	168	3,7	6,3	23,4			
			картофель	193,5	11,03							
			масло сливочное	6	5,69							
			молоко кипяченое	28,5	2,91							
			напиток	291/318	кисель плодово - ягодный	200	8,00	76	0	0	20	
			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	
			соус	227/250	соус белый основной	20	1,29	49,2	3,76	3,48	0,76	
					мука	1,25	0,05					
	гарнир	131/153	лук реп.	1	0,05							
			масло сливочное	1,25	1,19							
				113,31	921,3	35,12	37,78	103,57				
Полдник				фрукты	г.п.	фрукт свежий (яблоко)	180	354,24	33,3	0,3	0,3	6,75
				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
				377,59	325,3	3,1	6,8	66,15				
Ужин			закуска	18/26	салат из моркови с яблока	100	10,3965	67	0,9	3,4	8,4	
					морковь	80	5,2					
					яблоко	23	4,554					
	масло растительное	4			0,556							
	кислота лимонная	0,3			0,0045							
	Сахар	0,8			0,07							
	соль	0,3			0,012							
	плов с мясом птицы	200			63,73035	522	21	27	44,2			
	куры	196,5			56,0025							
	лук реп.	12,5			0,63375							
	гор.блюдо	123/145	морковь	13	0,845							
			крупа рисовая	47	4,1548							
			масло растительное	10,5	1,4595							
			томатна паста	2,3	0,6348							
			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	268/295	чай с сахаром	200/20	1,183	114,8	0,1	0,03	30,1	
					чай	0,4	0,308					
					сахар	10	0,875					
							78,46985	871,7	27,8	31,23	121,65	
	завтрак 2	252/276	кисломолочны й напиток	г.п.	кефир	200	23,6	100	5,8	5	8	
			сладкое		ватрушка с творогом	50	6,997902	136	5,8	3,6	19,4	
					мука	25	1,0125					
					сахар	1,3	0,11375					
					масло сливочное	1	0,948					
					яйцо	8шт	0,52					
					дрожжи	0,2	0,04					
					соль	0,4	0,01584					
					масло растительное	0,2	0,0278					
					ванилин	0,002	0,000012					
					творог	16	4,32					
				654,58	3148,3	95,42	113,21	373,52				

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 229723484149701461558283897186772312471353484434

Владелец Делявская Наталья Анатольевна

Действителен с 28.11.2024 по 28.11.2025