

Основное организованное меню									
Школа	МБОУ Целинная ОШ № 15 7-11 лет проживающие			Отд./корп					
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		29,2
			масло сливочное	5	4,74				
			рис	55	4,86				
			молоко	205	20,91				
			сахар	5	0,44				
	напиток	272/299	Кофейный напиток на молоке	200	11,41	109	3,2	2,8	18,5
			кофейный напиток	2	0,34				
			сахар	10	0,88				
			молоко	100	10,20				
	хлеб	231/254	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				
		г.п	яйцо вареное	40	2,60	63	5,08	4,6	0,28
Итого					50,32	470,8	15,6	18,48	60,7
Обед	закуска	36/44	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				
	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	93/107	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				
	гарнир	202/225	картофель отварной с маслом	180/4	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	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					96,41	848,3	27,36	42,81	121,89
Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (банан)	100	16,15	96	1,13	0,38	14,25
	напиток	г.п.	сок фруктовый	200	16,9	92	1	0	25,4
	сладкое	г.п.	пряник	50	3,87	200	1,8	6,5	34
Итого					36,92	388	3,93	6,88	73,65
	Салат	39/47	Салат Студенческий	80/30	9,7765	137	3,8	10,5	6,8
			картофель	62	3,534				
			Морковь	27,5	1,7875				
			зеленый горошек	27	3,48				
			яйцо	15	0,975				
	гарнир	99/113	Биточки мясные с соусом	80/30	42,14385	200	13,8	11,1	11,1
			Биточки	80	39,6				
			соус	12,3	2,54385				
			лук реп.	0,5	0,02535				
			томатна паста	3	0,828				
			масло сливочное	1,7	1,6116				
			мука	1,3	0,05265				
			сахар	0,03	0,02625				
	гор.блюдо	166/189	Каша перловая рассыпчат	150	7,7985	76,5	4,2	5,7	2,4
			Перловка	67	2,1105				
			масло сливочное	6	5,688				
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	35	1,365	119,09	3,45	1,36	23,36
	хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	35	1,4	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					63,66685	641,99	23,85	18,49	61,56
завтрак 2	кисломолочный напиток	г.п.	Кефир	200	23,6	100	5,8	5	
	сладкое	г.п.	Печенье сахарное	30	5,538	125,1	2,18	2,85	125,1
Итого					29,138	225,1	7,98	86,66	317,8
Итого за весь день					276,45	2574,19	78,72	173,32	635,6



Основное организованное меню											
Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет проживающие			Отд./корп	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г							
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						
	гарнир	129/151	мука	4	0,16						
			картофель отварной с маслом	180/7	8,39	207	11,5	6,4	32		
			картофель	310	3,65						
	напиток	276/303	масло сливочное	5	4,74						
			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.	50	1,95	245	7	1,2	50,8		
			хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,60	74,4	2,3	0,3	14,8
			хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной						
				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	
				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	хлеб ржаной	200	1,183	35	0,1	0,03	9,9		
			чай с сахаром	0,4	0,308						
			чай	10	0,875						
			сахар								
				65,61355	795,4	48,4	32,13	78,8			
завтрак 2		кисломолочный 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	
				30,984	266,8	8,7	8,8	174,8			
Итого за весь день					345,84	3284,8	131,22	119,28	590,73		





Основное организованное меню

Школа			МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет приходящие		Отд./корп							
Прием пищи			Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
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	яблочко-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 471092413905542759889334510250069883863198699200

Владелец Делявская Наталья Анатольевна

Действителен с 12.01.2026 по 12.01.2027