

Основное организованное меню

Утверждает: _____ директор МБОУ
Целинная ОШ №15 г.А.А.Алаевская

Школа	МБОУ Целинная ОШ № 15 7-11 лет проживающие			Отд./корп				Целинная ОШ № 15 г. А.А.Дзелянская	Дата Подпись 09.10.2025г.
Присл. пищи	Раздел	№ рецеп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	185/208	каша пшеница молочная жидкая	180/5	18,18	249,6	3,84	4,86	19,2
			крупа пшено	40	2,61				
			молоко	101	10,30				
			Сахар	6	0,53				
			масло сливочное	5	4,74				
	гор.напиток	274/301	какао с молоком	200	11,36	88	3,3	2,5	13,7
			какао порошок	2	0,29				
			молоко	100	10,20				
			Сахар	10	0,88				
	хлеб	1/9	бублик с маслом	5	15,98	237,6	2,77	5,8	23,2
			хлеб	45	1,76				
			масло сливочное	15	14,22				
			Гренки с сыром	50-5-15	18,39				
			сыр	15	11,70				
			масло сливочное	5	4,74				
			хлеб	50	1,95				
Итого					63,90	575,2	9,91	13,1	56,1
Обед	закуска	36/44	Салат картофельный с зеленым горошком	100	6,26	95,2	4,32	17,9	15,03
			лук реп.	7	0,35				
			картофель	70	3,99				
			горошек консерв.	24	1,39				
			масло растительное	8	1,11				
			яйцо	8	0,52				
	1 блюдо	63/72	суп картофельный с бобовыми и гречками	250	12,41	11,7	2,6	2,5	18,8
			картофель	62,5	3,56				
			лук реп.	12	0,61				
			морковь	16	1,04				
			масло сливочное	5	4,74				
			горох	20	0,94				
			хлеб пшеничный	39	1,52				
	2 блюдо	115/131	рагу овощное с мясом	200	48,01	355,2	12,3	9	18
			Филе куриной грудки	97	32,79				
			мука	2	0,08				
			картофель	79	4,50				
			Капуста белокачанная	61	3,11				
			лук реп.	28	1,42				
			морковь	51	3,32				
			масло растительное	6	0,83				
			томатная паста	4,5	1,24				
			масло сливочное	0,7	0,66				
			сахар	0,6	0,05				
	напиток	276/303	яблочно-лимонный напиток	200	17,72	101	0,3	0,2	25,1
			яблоко	57	11,29				
			лимон	16	4,68				
Сахар			20	1,75					
хлеб бел.			г.п.	40	1,56	93,5	3,5	0,5	24,15
хлеб черн.	г.п.	40	1,60	74,4	2,3	0,3	14,8		
Итого					87,55	731	25,32	30,4	115,88
Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (Груша)	200	35,9	34,13	0,3	0,23	7,35
	напиток	г.п.	сок фруктовый	200	16,9	92	1	0	25,4
	сладкое	г.п.	мармелад	35	10,5	112	0,04	1,1	4,4
Итого					63,3	126,13	1,34	1,33	37,15
Ужин	закуска	44/98	салат из свежих овощей с сух.	80	12,7336	122,8	1,1	3,9	15,6
			морковь	48,6	3,159				
			Капуста белокачанная	31,3	1,5963				
			курага	9,5	2,5935				
			чернослив	15,3	4,3758				
			Сахар	2	0,175				
			масло растительное	6	0,834				
	2 блюдо	124/146	фрикадельки из кур	90	40,32	189,9	18	12,9	0,5
			каша рассыпчатая из гречнев.	180	8,2058	267,8	12,6	7,8	52,1
	гарнир	165/188	крупа гречневая	86	3,4658				
			масло сливочное	5	4,74				
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,56	93,5	3,5	0,5	24,15
			гор. Напиток	268/295	чай с сахаром	200	1,183	35	0,1
			чай	0,4	0,308				
			сахар	10	0,875				
Итого					64,0024	709	35,3	25,13	102,25
завтрак 2	кисломолочный напиток	г.п.	Кефир	200	23,6	100	5,8	5	8
			чай с сахаром	200	1,183	35	0,1	0,03	9,9
	гор напиток		чай	0,4	0,308				
			Сахар	10	0,875				
	сладкое	г.п.	баранка	35	7,8575	104,3	1,23	1,2	4,8
Итого					32,6405	239,3	7,13	6,23	22,7



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	185/208	каша пшеничная молочная	250/10.	26,12	351,9			
			жидкая	50	3,26				
			крупа пшено	126	12,85				
			молоко	6	0,53				
			Сахар	10	9,48				
	гор.напиток	274/301	масло сливочное	200	19,52	88	3,3	2,5	13,7
			какао с молоком	4	0,57				
			какао порошок	100	10,20				
			молоко	10	8,75				
			Сахар	70/20.	21,69	313	5,4	17	34
Итого	хлеб	1/9.	бутерброд с маслом	70	2,73				
			хлеб	20	18,96				
			масло сливочное		67,33	752,9	26	30,5	87,6
	закуска	36/44	Салат картофельный с зеленым горошком	100	8,69	144	3,3	5,4	10,8
			яйцо	10	0,65				
			картофель	86	4,90				
			масло растительное	8	1,11				
			горошек консер.	27	1,57				
Обед	1 блюдо	63/72	лук реп.	9	0,46				
			суп картофельный с бобовыми и гречками	250	12,41	111,7	2,6	2,5	18,8
			картофель	62,5	3,56				
			лук реп.	12	0,61				
			морковь	16	1,04				
	2 блюдо	115/131	масло сливочное	5	4,74				
			горох	20	0,94				
			хлеб пшеничный	39	1,52				
			рагу овощное с мясом	250	60,47	523	21,4	28,4	23,5
			мука	3	0,12				
Итого	напиток	276/303	картофель	98	5,59				
			Капуста белокачанная	76	3,88				
			лук реп.	35	1,77				
			морковь	63	4,10				
			масло растительное	8	1,11				
	хлеб бел.	г.п.	томатная паста	6	1,66				
			Филе курицы	122	41,24				
			масло сливочное	1	0,95				
			сахар	0,7	0,06				
			яблочно-лимонный напиток	200	17,72	101	0,3	0,2	2,5
Полдник	хлеб бел.	г.п.	яблоко	57	11,29				
			лимон	16	4,68				
			Сахар	20	1,75				
			хлеб пшеничный	40	1,56	93,5	3,5	0,5	24,15
			хлеб ржаной	40	1,60	74,4	2,3	0,3	14,8
	хлеб бел.	г.п.	хлеб ржаной	40	1,60	74,4	2,3	0,3	14,8
			хлеб ржаной	40	1,60	74,4	2,3	0,3	14,8
			хлеб ржаной	40	1,60	74,4	2,3	0,3	14,8
			хлеб ржаной	40	1,60	74,4	2,3	0,3	14,8
			хлеб ржаной	40	1,60	74,4	2,3	0,3	14,8
Ужин	закуска	44/98	фрукт свежий (Груша)	200	35,9	34,13	1	0	25,4
			сок фруктовый	200	16,9	92	0,1	0	79,4
			мармелад	50	15	321	1,4	0,23	112,15
			мармелад	50	15	321	1,4	0,23	112,15
			мармелад	50	15	321	1,4	0,23	112,15
	2 блюдо	124/146	салат из свежих овощей с с	100	12,7336	153,5	2	6,14	22,54
			морковь	48,6	3,159				
			Капуста белокачанная	31,3	1,5963				
			курага	9,5	2,5935				
			чернослив	15,3	4,3758				
Итого	гарнир	165/188	Сахар	2	0,175				
			масло растительное	6	0,834				
			фрикадельки из кур	100	44,8	245	12,5	15,7	11,1
			каша рассыпчатая из гречне	200	9,5165	214,2	14	8,7	57,9
			каша рассыпчатая из гречне	200	9,5165	214,2	14	8,7	57,9
	гор. Напиток	268/295	крупа гречневая	95	3,8285				
			масло сливочное	6	5,688				
			хлеб пшеничный	40	1,56	93,5	3,5	0,5	24,15
			чай с сахаром	200	1,183	35	0,1	0,03	9,9
			чай	0,4	0,308				
Завтрак 2	кисломолочн	г.п.	сахар	10	0,875				
			сахар	10	0,875				
			сахар	10	0,875				
			сахар	10	0,875				
			сахар	10	0,875				
	гор. Напиток	168/295	кефир	200	23,6	100	5,8	5	8
			чай с сахаром	200	1,183	35	0,1	0,03	9,9
			чай	0,4	0,308				
			Сахар	10	0,875				
			Сахар	10	0,875				
Итого за весь день	сладкое	г.п.	баранка	50	11,225	149	1,99	2,7	26,3
			баранка	50	11,225	149	1,99	2,7	26,3
			баранка	50	11,225	149	1,99	2,7	26,3
			баранка	50	11,225	149	1,99	2,7	26,3
			баранка	50	11,225	149	1,99	2,7	26,3
	Итого		Итого		343,37	3272,83	100,79	106,83	454,19
			Итого		343,37	3272,83	100,79	106,83	454,19
			Итого		343,37	3272,83	100,79	106,83	454,19
			Итого		343,37	3272,83	100,79	106,83	454,19
			Итого		343,37	3272,83	100,79	106,83	454,19

Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 приходящие					Отд./корп					День	Четверг
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеб.	Вит.	09.10.2019	10.2019
Завтрак	гор.блюдо	185/208	каша пшениная молочная жидкая	150	18,18	249,6	3,84	4,8	19,2			
			крупа пшено	40	2,61							
			молоко	101	10,30							
			Сахар	6	0,53							
			масло сливочное	5	4,74							
	гор.напиток	274/301	какао с молоком	200	11,36	88	3,3	2,5	13,7			
			какао порошок	2	0,29							
			молоко	100	10,20							
			Сахар	10	0,88							
	напиток	г.п.	кефир	200	23,60	100	5,8	5	8			
	фрукт	г.п.	фрукт (Груша)	200	35,90	34,13	0,3	0,23	7,35			
	хлеб	1/9.	бутерброд с маслом	5	15,80	237,6	2,77	5,8	23,2			
			хлеб	45	1,58							
			масло сливочное	15	14,22							
Итого					104,83	709,33	16,01	18,33	71,45			
Обед	закуска	36/44	Салат картофельный с зеленым горошком	100	7,37	95,2	4,32	9,2	15,03			
			Яйцо	8	0,52							
			лук реп.	7	0,35							
			картофель	70	3,99							
			горошек зеленый консерв.	24	1,39							
			масло растительное	8	1,11							
	1 блюдо	63/72	суп картофельный с бобовыми и гречками	250	12,41	11,7	2,6	2,5	18,8			
			картофель	62,5	3,56							
			лук реп.	12	0,61							
			морковь	16	1,04							
			масло сливочное	5	4,74							
			горох	20	0,94							
			хлеб пшеничный	39	1,52							
	2 блюдо	115/131	рагу овощное с мясом	150	48,01	355,2	12,3	9	18			
			Филе куриной грудки	97	32,79							
			мука	2	0,08							
			картофель	79	4,50							
			Капуста белокачанная	61	3,11							
			лук реп.	28	1,42							
			морковь	51	3,32							
			масло растительное	6	0,83							
			томатна паста	4,5	1,24							
			масло сливочное	0,7	0,66							
			сахар	0,6	0,05							
	напиток	276/303	яблочно-лимонный напиток	200	17,72	101	0,3	0,2	25,1			
			яблоко	57	11,29							
			лимон	16	4,68							
			Сахар	20	1,75							
			хлеб бел. г.п.	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					88,66	731	25,32	21,7	115,88			
Итого за весь день					193,50	1440,33	41,33	40,03	187,33			



Основное организованное меню



Школа	МБОУ Целинная ОШ № 15 12-18 приходящие			Отд./корп			Дети	Взрослые	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	185/208	каша пшеничная молочная жидкая	200	20,01	189	7,3	11	8,4
			крупа пшено	50	3,26				
			молоко	126	12,85				
			Сахар	6	0,53				
	гор.напиток	274/301	масло сливочное	7	6,64				
			какао с молоком	200	11,65	88	3,3	2,5	13,7
			какао порошок	4	0,57				
			молоко	100	10,20				
	напиток	г.п.	Сахар	10	0,88				
			кефир	200	23,60	100	5,8	5	8
	Фрукт	г.п.	фрукт (Груша)	200	35,90	34,13	0,3	0,23	7,35
	хлеб	1/9.	бутерброд с маслом	50/20.	20,91	165	4	16,7	23,8
			хлеб	50	1,95				
			масло сливочное	20	18,96				
Итого					112,07	576,13	20,7	35,43	96,85
Обед	закуска	36/44	Салат картофельный с зеленым горошком	100	8,86	98	3,3	5,4	10,8
			яйцо	10	0,65				
			лук реп.	7	0,35				
			картофель	86	4,90				
			горшечек зеленый консерв.	27	1,57				
			масло растительное	10	1,39				
	1 блюдо	63/72	суп картофельный с бобовыми и гречками	250	12,41	111,7	2,6	2,5	18,8
			картофель	62,5	3,56				
			лук реп.	12	0,61				
			морковь	16	1,04				
			масло сливочное	5	4,74				
			горох	20	0,94				
			хлеб пшеничный	39	1,52				
	2 блюдо	115/131	рагу овощное с мясом	200	60,47	144	4,8	6,2	15,8
			мука	3	0,12				
			картофель	98	5,59				
			Капуста белокачанная	76	3,88				
			лук реп.	35	1,77				
			морковь	63	4,10				
			масло растительное	8	1,11				
			томатна паста	6	1,66				
			филе курицы	122	41,24				
			масло сливочное	1	0,95				
			сахар	0,7	0,06				
	напиток	276/303	яблочно-лимонный напиток	200	17,72	101	0,3	0,2	2,5
			яблоко	57	11,29				
			лимон	16	4,68				
			Сахар	20	1,75				
	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					102,62	622,6	16,8	15,1	86,85
Итого за весь день					214,69	1198,73	37,5	50,53	183,7

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 471092413905542759889334510250069883863198699200

Владелец Делявская Наталья Анатольевна

Действителен с 12.01.2026 по 12.01.2027