

Утверждаю директор
МБОУ Целинной ОШ №15 Н.А.
Делявская

Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет проживающие			Отд./корп				Среды			
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор.блюдо	182/205	каша манная молочная жидкая	250	35,96	325	10,2	12,8	42,3		
			крупа манная	39	2,73						
			молоко	220	22,44						
			Сахар	6	0,57						
			масло сливочное	7	10,22						
	гор.напиток	275/302	какао на сгущенном молоке	200	6,35	120	3,5	3,4	19,6		
			какао порошок	2	0,35						
			молоко сгущенное	38	6,00						
	хлеб	4/12.	бутерброд с повидлом	43/40/10	20,50	349	4,1	12,6	55,6		
			хлеб пшеничный	30	1,32						
Итого			повидло	40	10,88						
Обед					62,81	794	17,8	28,8	117,5		
	закуска	20/28	салат "из свежих огурцов и помидор"	100	18,79	81	0,7	7,4	2,9		
			огурец свежий	50	7,15						
			помидор	47	10,01						
			лук реп.	18	0,63						
			масло растительное	5	0,89						
			кислота лимонная	0,5	0,008						
			сахар	1	0,10						
			соль	0,3	0,01						
			рассольник								
			Ленинградский	250/10	28,85	120	18,16	5,3	15,4		
	1 блюдо	56/69	картофель	93,3	3,73						
			крупа перловая	5	0,24						
			морковь	12,5	0,50						
			лук реп.	6,6	0,23						
			масло сливочное	5	7,30						
			огурец соленый	26,6	11,70						
			сметана	10	5,14						
	2 блюдо	77/91	рыба припущенная "Минтай"	100	64,30	259,2	3	14,5	2,16		
			морковь	4	0,16						
			минтай	246	63,96						
			лук реп.	5	0,18						
	гарнир	131/153	картофельное пюре	180	19,41	168	3,7	6,3	23,4		
			картофель	193,5	7,74						
			масло сливочное	6	8,76						
			молоко кипяченое	28,5	2,91						
	напиток	291/318	кисель плодово - ягодный	200	12,60	76	0	0	20		
			хлеб бел. г.п.	40	1,76	93,5	3,5	0,5	24,15		
хлеб черн. г.п.			40	1,80	74,4	2,3	0,3	14,8			
соус			227/250	1,95	49,2	3,76	3,48	0,76			
мука			1,25	0,09							
лук реп.			1	0,04							
масло сливочное			1,25	1,83							
Итого				149,45	921,3	35,12	37,78	103,57			
Полдник	фрукты г.п.	фрукт свежий (яблоко)	180	35,28	33,3	0,3	0,3	6,75			
	напиток г.п.	сок фруктовый	200	19,2	92	1	0	25,4			
	сладкое г.п.	пряник	50	12,5	200	1,8	6,5	34			
Итого				66,98	325,3	3,1	6,8	66,15			
Ужин	закуска	18/26	салат из моркови с яблоком	100	8,5109	67	0,9	3,4	8,4		
			морковь	80	3,2						
			яблоко	23	4,508						
			масло растительное	4	0,708						
			кислота лимонная	0,3	0,0045						
			Сахар	0,8	0,076						
			соль	0,3	0,0144						
			плов с мясом птицы	200	62,7948	522	21	27	44,2		
			куры	196,5	55,02						
			лук реп.	12,5	0,4375						
	гор.блюдо	123/145	морковь	13	0,52						
			крупа рисовая	47	4,324						
			масло растительное	10,5	1,8585						
			томатна паста	2,3	0,6348						
			хлеб бел. г.п.	40	1,76	93,5	3,5	0,5	24,15		
			хлеб черн. г.п.	40	1,8	74,4	2,3	0,3	14,8		
			гор напиток	268/295	1,29	114,8	0,1	0,03	30,1		
			чай	0,4	0,34						
			сахар	10	0,95						
			Итого				76,1557	871,7	27,8	31,23	121,65
завтрак 2	кисломолочны й напиток	252/276	кефир	200	20,8	100	5,8	5	8		
			ватрушка с творогом	50	10,974112	136	5,8	3,6	19,4		
			мука	25	1,75						
			сахар	1,3	0,1235						
			масло сливочное	1	1,46						
			яйцо	8шт	0,96						
			дрожжи	0,2	0,066						
			соль	0,4	0,0192						
			масло растительное	0,2	0,0354						
			ванилин	0,002	0,000012						
			творог	16	6,56						
			Итого за весь день				387,17	3148,3	95,42	113,21	373,52

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

Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет приходящие			Отд./корп				День	Среда 05.11.2025г.
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	182/205	каша манная молочная	29	35,96	210	10,2	12,8	42,3
			жидкая	39	2,73				
			крупа манная	220	22,44				
			молоко	6	0,57				
			Сахар	7	10,22				
	гор.напиток	275/302	масло сливочное	200	6,35	120	3,5	3,4	19,6
			какао на сгущенном молоке	2	0,35				
			какао порошок	38	6,00				
	напиток	г.п.	кефир	200	20,80	100	5,8	5	8
	Фрукт	г.п.	фрукт (Яблоко)	180	35,28	33,3	0,3	0,3	6,755
	хлеб	4/12.	бутерброд с повидлом	30/40/10	26,29	122	2,4	7,5	36,9
			масло сливочное	10	14,60				
			повидло	40	10,88				
Итого					124,68	585,3	22,2	29	113,555
Обед	закуска	14/22	салат "Из свежих огурцов и помидор"	100	18,79	81	0,7	7,4	2,9
			огурец свежий	50	7,15				
			помидор	47	10,01				
			лук реп.	18	0,63				
			масло растительное	5	0,89				
			кислота лимонная	0,5	0,01				
			сахар	1	0,10				
			соль	0,3	0,01				
	1 блюдо	56/69	рассольник Ленинградский	250/10	28,85	120	18,16	5,3	15,4
			картофель	93,3	3,73				
			крупа перловая	5	0,24				
			морковь	12,5	0,50				
			лук реп.	6,6	0,23				
			масло сливочное	5	7,30				
			огурец соленый	26,6	11,70				
			сметана	10	5,14				
	2 блюдо	77/91	рыба припущенная "Минтай"	100	64,30	259,2	3	14,5	2,16
			морковь	4	0,16				
			минтай	246	63,96				
			лук реп.	5	0,18				
	гарнир	131/153	картофельное пюре	180	19,41	168	3,7	6,3	23,4
			картофель	193,5	7,74				
			масло сливочное	6	8,76				
			молоко кипяченое	28,5	2,91				
	напиток	291/318	кисель плодово - ягодный	200	12,60	76	0	0	20
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,76	93,5	3,5	0,5	24,15
	хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	40	1,80	74,4	2,3	0,3	14,8
	соус	227/250	соус белый основной	20	1,95	61,5	4,7	4,35	0,95
			мука	1,25	0,09				
			лук реп.	1	0,04				
			масло сливочное	1,25	1,83				
Итого					149,45	933,6	36,06	38,65	103,76
Итого за весь день					274,13	1518,9	58,26	67,65	217,315

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

Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 1-4 классы7-11 приходящие			Отд./корп				День	Среда 05.11.2025г
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	182/205	каша манная молочная жидкая	150	25,85	234	7,3	9,2	30,5
			крупа манная	28	1,96				
			молоко	158	16,12				
			Сахар	5	0,48				
			масло сливочное	5	7,30				
	гор.напиток	275/302	какао на сгущенном молоке	200	6,35	120	3,5	3,4	19,6
			какао порошок	2	0,35				
			молоко сгущенное	38	6,00				
	напиток	г.п.	кефир	200	20,80	100	5,8	5	8
	фрукт	г.п.	фрукт (Яблоко)	180	35,28	33,3	0,3	0,3	6,75
	хлеб	4/12.	бутерброд с повидлом	30/40/10	20,50	222	2,4	7,5	36,9
			хлеб пшеничный	30	1,32				
повидло			40	10,88					
Итого				108,78	709,3	19,3	25,4	101,75	
Обед	закуска	20/28	салат "Из свежих огурцов и помидор"	100	13,74	61	0,7	7,4	2,9
			огурец свежий	30	4,29				
			помидор	38	8,09				
			лук реп.	10	0,35				
			масло растительное	5	0,89				
			кислота лимонная	0,5	0,008				
			сахар	1	0,10				
			соль	0,3	0,01				
	1 блюдо	56/69	рассольник Ленинградский	250/10	28,85	120	18,16	5,3	15,4
			картофель	93,3	3,73				
			крупа перловая	5	0,24				
			морковь	12,5	0,50				
			лук реп.	6,6	0,23				
			масло сливочное	5	7,30				
			огурец соленый	26,6	11,70				
			сметана	10	5,14				
	2 блюдо	77/91	рыба припущенная "Минтай"	90	51,37	226	18,2	10,2	2
			минтай	196	50,96				
			морковь	5	0,20				
			лук реп.	6	0,21				
	соус	227/250	соус белый основной	20	1,95	45,2	3,76	3,48	0,76
			лук реп.	1	0,04				
			масло сливочное	1,25	1,83				
			мука	1,25	0,09				
	гарнир	131/153	картофельное пюре	150	16,18	140	1,8	1,2	0,81
			картофель	161,5	6,46				
			масло сливочное	5	7,30				
молоко кипяченое			23,75	2,42					
напиток	291/318	кисель плодово - ягодный	200	12,60	76	0	0	20	
хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,76	93,5	3,5	0,5	24,15	
хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	40	2,60	65,1	2,01	0,26	1,04	
Итого				1,40	826,8	48,13	28,34	67,06	
Итого за весь день					5,70	1536,1	67,43	53,74	168,81

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

Основное организованное меню

Школа		МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 лет проживающие		Отд./корп	День					Среды 05.11.2025г
Примечание	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	182/205	каша манная молочная жидкая	180/5.	25,85	234	7,3	9,2	30,5	
			крупа манная	28	1,96					
			молоко	158	16,12					
			Сахар	5	0,48					
			масло сливочное	5	7,30					
	гор.напиток	275/302	какао на сгущенном молоке	200	5,15		3,5	3,4	19,6	
			какао порошок	2	0,35					
			молоко сгущенное	38	6,00					
	хлеб	4/12.	г.п. яйцо вареное	40	4,80					
			бутерброд с повидлом	40-50-10	29,96	222	2,4	7,5	36,9	
			масло сливочное	10	14,60					
			хлеб пшеничный	40	1,76					
		повидло	50	13,60						
				60,96	456	13,2	20,1	87		
Итого Обед										
	закуска	20/28	салат "из свежих огурцов и помидор"	60	12,57	81	0,7	7,4	2,9	
			огурец свежий	30	3,12					
			помидор	38	8,09					
			лук реп.	10	0,35					
			масло растительное	5	0,89					
			кислота лимонная	0,5	0,008					
			сахар	1	0,10					
			соль	0,3	0,01					
	1 блюдо	56/69	рассольник Ленинградский	250/10	28,85	120	18,16	5,3	15,4	
			картофель	93,3	3,73					
			крупа перловая	5	0,24					
			морковь	12,5	0,50					
			лук реп.	6,6	0,23					
			масло сливочное	5	7,30					
			огурец соленый	26,6	11,70					
			сметана	10	5,14					
	2 блюдо	77/91	рыба припущенная "Минтай"	90	51,37	224	18,2	10,2	2	
			минтай	196	50,96					
			морковь	5	0,20					
			лук реп.	6	0,21					
	соус	227/250	соус белый основной	20	1,95	49,2	3,76	3,48	0,76	
			лук реп.	1	0,04					
			масло сливочное	1,25	1,83					
	гарнир	131/153	мука	1,25	0,09					
			картофельное пюре	150	16,18	140	1,8	1,2	0,81	
			картофель	161,5	6,46					
			масло сливочное	5	7,30					
			молоко кипяченое	23,75	2,42					
	напиток	291/318	кисель плодово - ягодный	200	12,60	76	0	0	20	
			хлеб пшеничный	40	1,76	93,5	3,5	0,5	24,15	
			хлеб бел.	г.п.	хлеб ржаной	40	1,80	65,1	2,01	0,26
				127,08	848,8	48,13	28,34	67,06		
Итого Полдник										
	фрукты	г.п.	фрукт свежий (яблоко)	180	35,28	33,3	0,3	0,3	6,75	
	напиток	г.п.	сок фруктовый	200	19,2	92	1	0	25,4	
	сладкое	г.п.	пряник	50	12,5	200	1,8	6,5	34	
				66,98	325,3	3,1	6,8	66,15		
Итого Ужин										
	закуска	18/26	салат из моркови с яблоком	100	12,0509	67	0,9	3,4	8,4	
			морковь	80	3,2					
			яблоко	23	4,508					
			масло растительное	24	4,248					
			кислота лимонная	0,3	0,0045					
			Сахар	0,8	0,076					
			соль	0,3	0,0144					
	гор.блюдо	123/145	плов с мясом птицы	170	52,403	443,7	12,1	9,2	36,8	
			куры	160,5	44,94					
			масло растительное	3,5	0,6195					
			лук реп.	10,8	0,378					
			морковь	11,5	0,46					
			крупа рисовая	41	3,772					
			масло растительное	9,5	1,6815					
			томатная паста	2	0,552					
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,76	93,5	3,5	0,5	24,15	
			хлеб ржаной	40	1,8	74,4	2,3	0,3	14,8	
	гор напиток	268/295	чай с сахаром	200	1,29	35	0,1	0,03	9,9	
			чай	0,4	0,34					
			сахар	10	0,95					
				69,3039	713,6	18,9	13,43	94,05		
Итого завтрак 2										
	кисломолочный напиток	г.п.	Кефир	200	20,8	100	5,8	5	8	
			ватрушка с творогом	50	13,09515	136	5,8	3,6	19,4	
	сладкое	252/276	мука	32	2,24					
			сахар	3,1	0,2945					
			масло сливочное	2	2,92					
			яйцо	8шт	0,96					
			дрожжи	0,2	0,066					
			соль	0,4	0,0192					
			масло растительное	0,2	0,0354					
			ванилин	0,002	0,00005					
			творог	16	6,56					
							33,89515	236	11,6	8,6
Итого Итого за весь день										
				358,21	2579,7	94,93	77,27	341,66		

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 471092413905542759889334510250069883863198699200

Владелец Делявская Наталья Анатольевна

Действителен с 12.01.2026 по 12.01.2027