

Основное организованное меню

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

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 лет проживающие			Отд./корп				День	Воскресенье 09.11.2025г.		
Присл. пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор.блюдо	73/86	Суп молочный с крупой рисовой	250	17,08	224	5,5	5,2	13,25		
			молоко	125	12,75						
			масло сливочное	1,6	2,34						
			сахар	1,6	0,15						
			рис	20	1,84						
	гор.напиток	274/301	какао с молоком	200	11,50	94	2,9	2,8	14,9		
			какао порошок	2	0,35						
			сахар	10	0,95						
			молоко	100	10,20						
			хлеб	2/10.	бутерброд с маслом и сыром	40/15/10	35,86	110	6,7	9,6	13,2
	закуска	г.п.	хлеб	40	1,76						
			масло сливочное	10	14,60						
			сыр	15	14,70						
			яйцо	40/1шт	4,80	63	5,08	4,6	0,28		
					69,23	491	20,18	22,2	41,63		
Итого											
Обед	закуска	21/29	салат "Витаминный"	100	10,70	91	1,5	4,6	11		
			Капуста белокачанная	84	3,36						
			морковь	32	1,28						
			яблоко	24	4,70						
			сахар	5	0,48						
			масло растительное	5	0,89						
	1 блюдо	56/68	Свекольник	250	13,68	113,3	2	5,1	14,8		
			картофель	53	2,12						
			свекла	82	4,10						
			морковь	12	0,48						
			лук реп.	13	0,46						
			масло растительное	5	0,89						
			томатна паста	1,25	0,35						
	2 блюдо	95/109	сахар	1,6	0,15						
			сметана	10	5,14						
			Печень по-строгановски	80/40	46,55	233	10,1	15,3	3		
			печень	143	38,32						
			масло растительное	10	1,77						
			сметана	10	5,14						
			мука	3	0,21						
	гарнир	165/188	томатна паста	4	1,10						
			каша гречневая рассыпчатая	180	12,20	267,8	12,6	7,8	52,1		
			крупя гречневая	86	4,90						
			масло сливочное	5	7,30						
			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
	Итого				99,30	949	32	33,6	139,85		
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.	Печенье	40	14	89,3	3,6	10,2	41,6		
Итого					68,48	214,6	4,9	10,5	73,75		
Ужин	закуска	39/47	Салат Студенческий	100	8,284	137	3,8	10,5	6,8		
			картофель	45	1,8						
			морковь	25	1						
			гороше консерв.	27	2,754						
			яйцо	8шт	0,96						
			масло растительное	10	1,77						
	2 блюдо	104/118	фрикадельки из кур	100	49,8	207	14	12,2	10,1		
			Каша рисовая рассыпчатая	180	12,176	241	4,4	4,3	25,3		
	гарнир	131/153	рис	53	4,876						
			масло сливочное	5	7,3						
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,76	93,5	3,5	0,5	24,15		
			хлеб пшеничный	40	1,76	93,5	3,5	0,5	24,15		
	гор.напиток	268/295	чай с сахаром	200	1,26	35	0,1	0,03	9,9		
			чай	0,4	0,34						
			сахар	10	0,92						
	Итого				73,28	713,5	25,8	27,53	76,25		
завтрак 2	кисломолочный напиток	г.п.	Кефир	200	20,4	100	5,8	5	8		
			гор.напиток	268/295	чай с сахаром	200	1,26	35	0,1	0,03	9,9
			чай	0,4	0,34						
			сахар	10	0,92						
	сладкое	260/285	Булочка слобная	50	10,3714	159	3,9	4,3	26		
			мука	30	2,1						
			дрожжи	0,4	0,132						
			соль	0,3	0,0144						
			сахар	8	0,736						
			масло сливочное	4,5	6,57						
			яйцо	3шт	0,36						
			молоко	4,5	0,459						
	Итого				32,0314	294	9,8	9,33	43,9		
Итого за весь день					342,32	2662,1	92,68	103,16	375,38		

Основное организованное меню

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

Школа	МБОУ Целинная ОШ № 15 12-18 лет проживающие			Отд./корп				День	Воскресенье 09.11.2025г.
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	75/89	Суп молочный с крупой рисовой	250	17,08	224	5,5	5,2	13,25
			молоко	125	12,75				
			масло сливочное	1,6	2,34				
			сахар	1,6	0,15				
			рис	20	1,84				
	гор.напиток	274/301	какао с молоком	200	11,50	94	2,9	2,8	14,9
			какао порошок	2	0,35				
			сахар	10	0,95				
	хлеб	2/10.	молоко	100	10,20				
			бутерброд с маслом и сыром	40/15/10	31,06	328	6,7	9,6	13,2
			хлеб	40	1,76	93,5	3,5	1,2	24,15
	закуска	г.п.	масло сливочное	10	14,60				
			сыр	15	14,70				
яйцо			40/1шт	4,80	63	5,08	4,6	0,28	
Итого					64,43	802,5	23,68	23,4	65,78
Обед	закуска	21/29	салат "Витаминный"	100	53,04	91	1,5	4,6	11
			Капуста белокачанная	84	3,36				
			морковь	32	1,28				
			яблоко	24	47,04				
			сахар	5	0,48				
	1 блюдо	56/68	масло растительное	5	0,89				
			Свекольник	250	13,68	113,3	2	5,1	14,8
			картофель	53	2,12				
			свекла	82	4,10				
			морковь	12	0,48				
			лук реп.	13	0,46				
			масло растительное	5	0,89				
			томатна паста	1,25	0,35				
			сахар	1,6	0,15				
			сметана	10	5,14				
	2 блюдо	95/109	Печень по-строгановски	120/50.	66,72	109	23,5	19,8	3,4
			печень	214	57,35				
			масло растительное	15	2,66				
			сметана	12,5	6,43				
			мука	4	0,28				
			соус	50	1,10				
			томатна паста	4	1,10				
			каша гречневая рассыпчатая	200	14,18	214,2	14	8,7	57,9
			крупя гречневая	95	5,42				
			масло сливочное	6	8,76				
	напиток	291/318	кисель плодово - ягодный	200	12,60	76	0	0	20
			хлеб пшеничный	50	2,20	245	7	1,2	50,8
хлеб ржаной			40	1,80	74,4	2,3	0,3	14,8	
хлеб бел.	г.п.								
хлеб черн.	г.п.								
Итого					164,21	922,9	50,3	39,7	172,7
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.	Печенье	40	14	166,3	2,9	3,8	166,8
Итого					68,48	291,6	4,2	4,1	198,95
Ужин	закуска	39/47	Салат Студенческий	100	8,284	137	3,8	10,5	6,8
			картофель	45	1,8				
			морковь	25	1				
			гороше консерв.	27	2,754				
			яйцо	8шт	0,96				
			масло растительное	10	1,77				
	2 блюдо	104/118	фрикадельки из кур	100	49,8	207	14	12,2	10,1
			Каша рисовая рассыпчатая	180	13,188	241	4,4	4,3	25,3
	гарнир	131/153	рис	64	5,888				
			масло сливочное	5	7,3				
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,76	93,5	3,5	0,5	24,15
	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				
	Итого					74,322	713,5	25,8	27,53
завтрак 2	кисломолочный напиток	г.п.	кефир	200	20,8	100	5,8	5	8
			чай с сахаром	200	1,29	35	0,1	0,03	9,9
	гор.напиток	268/295	чай	0,4	0,34				
			сахар	10	0,95				
	сладкое	,260/285	Булочка сдобная	50	10,3954	159	3,9	4,3	26
			мука	30	2,1				
			дрожжи	0,4	0,132				
			соль	0,3	0,0144				
			сахар	8	0,76				
			масло сливочное	4,5	6,57				
			яйцо	3шт	0,36				
			молоко	4,5	0,459				
	Итого					32,4854	259	9,8	9,3
Итого за весь день					403,93	2989,5	113,78	104,03	557,58

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 471092413905542759889334510250069883863198699200

Владелец Делявская Наталья Анатольевна

Действителен с 12.01.2026 по 12.01.2027