

Основное организованное меню

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

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 лет прожизнющие			Отд./корп				День	Воскресенье
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				
	хлеб	2/10.	молоко	100	10,20				
			бутерброд с маслом и сыром	40/15/10	35,86	110	6,7	9,6	13,2
			хлеб	40	1,76				
			масло сливочное	10	14,60				
закуска	г.п.	сыр	15	14,70					
		яйцо	40/1шт	4,80	63	5,08	4,6	0,28	
Итого				69,23	491	20,18	22,2	41,63	
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				
	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	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
	напиток	291/318	крупа гречневая	86	4,90				
масло сливочное			5	7,30					
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.	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
			сок фруктовый	200	19,2	92	1	0	25,4
			сладкое	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				
	2 блюдо	104/118	масло растительное	10	1,77				
			фрикадельки из кур	100	49,8	207	14	12,2	10,1
	гарнир	131/153	каша рисовая рассыпчатая	180	12,176	241	4,4	4,3	25,3
			рис	53	4,876				
	хлеб бел.	г.п.	масло сливочное	5	7,3				
			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				
сладкое	260/285	сахар	10	0,92					
		Булочка слобная	50	10,3714	159	3,9	4,3	26	
Итого			мука	30	2,1				
			дрожжи	0,4	0,132				
			соль	0,3	0,0144				
			сахар	8	0,736				
			масло сливочное	4,5	6,57				
Итого			яйцо	3шт	0,36				
			молоко	4,5	0,459				
Итого за весь день				32,4314	294	9,8	9,33	43,9	
					342,72	2662,1	92,68	103,16	375,38

Основное организованное меню

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

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет проживающие			Отд./корп				День	Воскресенье 16.11.2025г.		
Прием пищи	Раздел	№ реп.	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						
			молоко	100	10,20						
	хлеб	2/10.	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		
			масло сливочное	10	14,60						
			сыр	15	14,70						
закуска	г.п.		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 белокочанная	84	3,36						
			морковь	32	1,28						
			яблоко	24	47,04						
			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	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						
	гарнир	165/188	каша гречневая рассыпчатая	200	14,18	214,2	14	8,7	57,9		
			крупя гречневая	95	5,42						
			масло сливочное	6	8,76						
			кисель плодово - ягодный	200	12,60	76	0	0	20		
хлеб бел.	г.п.		хлеб пшеничный	50	2,20	245	7	1,2	50,8		
хлеб черн.	г.п.		хлеб ржаной	40	1,80	74,4	2,3	0,3	14,8		
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		
	гарнир	131/153	Каша рисовая рассыпчатая	180	13,188	241	4,4	4,3	25,3		
			рис	64	5,888						
	хлеб бел.	г.п.	масло сливочное	5	7,3						
			хлеб пшеничный	40	1,76	93,5	3,5	0,5	24,15		
			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							
Итого				74,322	713,5	25,8	27,53	76,25			
завтрак 2	кисломолочный напиток	г.п.	кефир	200	20,8	100	5,8	5	8		
			гор.напиток	268/295	чай с сахаром	200	1,29	35	0,1	0,03	9,9
			чай	0,4	0,34						
	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	43,9			
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