

Основное организованное меню

Утверждаю
Целинная ОШИ №15

директор МБОУ
Н.А. Делявская

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 лет проживающие			Отд./корп			Целинный ОШИ №15	Н.А. Делянская			
Прием пищи	Раздел	№ рецеп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор.блюдо	185/208	каша пшеничная молочная	180/5	20,99	249,6	3,84	4,8	19,2		
			жидкая	40	2,72						
			молоко	101	10,30						
			Сахар	6	0,57						
			масло сливочное	5	7,40						
	гор.напиток	274/301	какао с молоком	200	11,50	88	3,3	2,5	13,7		
			какао порошок	2	0,35						
			молоко	100	10,20						
			Сахар	10	0,95						
			хлеб	1/9	бутерброд с маслом	5	24,18	237,6	2,77	5,8	23,2
	хлеб	45			1,98						
	масло сливочное	15			22,20						
	Гренки с сыром	50-5-15			24,30						
	сыр	15			14,70						
			масло сливочное	5	7,40						
			хлеб	50	2,20						
Итого				80,97	575,2	9,91	13,1	56,1			
Обед			закуска	36/44	Салат картофельный с зеленым горошком	100	6,55	95,2	4,32	17,9	15,03
					лук реп.	7	0,25				
	картофель	70			2,80						
	горошек консерв.	24			2,54						
	масло растительное	8			1,42						
	яйцо	8			0,96						
	1 блюдо	63/72	суп картофельный с бобовыми и гречками	250	13,78	11,7	2,6	2,5	18,8		
			картофель	62,5	2,50						
			лук реп.	12	0,42						
			морковь	16	0,64						
			масло сливочное	5	7,40						
			горох	20	1,10						
			хлеб пшеничный	39	1,72						
	2 блюдо	115/131	рагу овощное с мясом	200	60,65	355,2	12,3	9	18		
			Филе куриной грудки	97	48,02						
			мука	2	0,14						
			картофель	79	3,16						
			Капуста белокачанная	61	2,75						
			лук реп.	28	0,98						
			морковь	51	2,04						
			масло растительное	6	1,06						
			томатная паста	4,5	1,42						
			масло сливочное	0,7	1,04						
			сахар	0,6	0,06						
	напиток	276/303	яблочко-лимонный напиток	200	18,64	101	0,3	0,2	25,1		
			яблоко	57	11,17						
			лимон	16	5,57						
			Сахар	20	1,90						
	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				103,18	731	25,32	30,4	115,88			
Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (Груша)	200	79,2	34,13	0,3	0,23	7,35		
	напиток	г.п.	сок фруктовый	200	19,2	92	1	0	25,4		
	сладкое	г.п.	мармелад	35	13,755	112	0,04	1,1	4,4		
Итого					112,155	126,13	1,34	1,33	37,15		
Ужин	закуска	44/98	салат из свежих овощей с сух.	80	16,548	122,8	1,1	3,9	15,6		
			морковь	48,6	1,944						
			Капуста белокачанная	31,3	1,4085						
			курага	9,5	4,37						
			чернослив	15,3	7,5735						
			Сахар	2	0,19						
			масло растительное	6	1,062						
	2 блюдо	124/146	фрикадельки из кур	90	44,82	189,9	18	12,9	0,5		
			гарнир	165/188	180	12,56	267,8	12,6	7,8	52,1	
			крупа гречневая	86	5,16						
			масло сливочное	5	7,4						
			хлеб бел.	г.п.	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					76,978	709	35,3	25,13	102,25		
завтрак 2	кисломолочный напиток	г.п.	Кефир	200	20,8	100	5,8	5	8		
			гор напиток	268/295	200	1,29	35	0,1	0,03	9,9	
			чай	0,4	0,34						
			Сахар	10	0,95						
			сладкое	г.п.	баранка	35	12,005	104,3	1,23	1,2	4,8
Итого					34,095	239,3	7,13	6,23	22,7		

Основное организованное меню

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

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 приходящие			Отд./корп			Делявская	Четверг	
								20.11.2025г	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	185/208	каша пшенная молочная жидкая	150	20,99	249,6	3,84	4,8	19,2
			крупа пшено	40	2,72				
			молоко	101	10,30				
			Сахар	6	0,57				
			масло сливочное	5	7,40				
	гор.напиток	274/301	какао с молоком	200	11,50	88	3,3	2,5	13,7
			какао порошок	2	0,35				
			молоко	100	10,20				
			Сахар	10	0,95				
	напиток	г.п.	кефир	200	20,80	100	5,8	5	8
	фрукт	г.п.	фрукт (Груша)	200	79,20	34,13	0,3	0,23	7,35
хлеб	1/9.	бутерброд с маслом	5	24,18	237,6	2,77	5,8	23,2	
		хлеб	45	1,98					
		масло сливочное	15	22,20					
Итого				156,67	709,33	16,01	18,33	71,45	
Обед	закуска	36/44	Салат картофельный с зеленым горошком	100	7,97	95,2	4,32	9,2	15,03
			Яйцо	8	0,96				
			лук реп.	7	0,25				
			картофель	70	2,80				
			горошек зеленый консерв.	24	2,54				
			масло растительное	8	1,42				
	1 блюдо	63/72	суп картофельный с бобовыми и гречками	250	13,78	11,7	2,6	2,5	18,8
			картофель	62,5	2,50				
			лук реп.	12	0,42				
			морковь	16	0,64				
			масло сливочное	5	7,40				
			горох	20	1,10				
	2 блюдо	115/131	хлеб пшеничный	39	1,72				
			рагу овощное с мясом	150	60,64	355,2	12,3	9	18
			Филе куриной грудки	97	48,02				
			мука	2	0,14				
			картофель	79	3,16				
			Капуста белокачанная	61	2,75				
			лук реп.	28	0,98				
			морковь	51	2,04				
			масло растительное	6	1,06				
			томатна паста	4,5	1,42				
			масло сливочное	0,7	1,02				
			сахар	0,6	0,06				
	напиток	276/303	яблочно-лимонный напиток	200	18,64	101	0,3	0,2	25,1
			яблоко	57	11,17				
			лимон	16	5,57				
			Сахар	20	1,90				
	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				104,58	731	25,32	21,7	115,88
	Итого за весь день				261,25	1440,33	41,33	40,03	187,33

Основное организованное меню

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

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 приходящие			Отд./корп				День	Четверг
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	185/208	каша пшенная молочная жидкая	200	23,78	189	7,3	11	44
			крупя пшено	50	3,40				
			молоко	126	12,85				
			Сахар	6	0,57				
			масло сливочное	7	10,36				
	гор.напиток	274/301	какао с молоком	200	11,84	88	3,3	2,5	13,7
			какао порошок	4	0,69				
			молоко	100	10,20				
			Сахар	10	0,95				
	напиток	г.п.	кефир	200	20,80	100	5,8	5	8
	Фрукт	г.п.	фрукт (Груша)	200	79,20	34,13	0,3	0,23	7,35
	хлеб	1/9.	бутерброд с маслом	50/20.	31,80	165	4	16,7	23,8
			хлеб	50	2,20				
			масло сливочное	20	29,60				
Итого					167,42	576,13	20,7	35,43	96,85
Обед	закуска	36/44	Салат картофельный с зеленым горошком	100	9,52	98	3,3	5,4	10,8
			яйцо	10	1,20				
			лук реп.	7	0,25				
			картофель	86	3,44				
			горшек зеленый консерв.	27	2,86				
			масло растительное	10	1,77				
	1 блюдо	63/72	суп картофельный с бобовыми и гречками	250	13,78	111,7	2,6	2,5	18,8
			картофель	62,5	2,50				
			лук реп.	12	0,42				
			морковь	16	0,64				
			масло сливочное	5	7,40				
			горох	20	1,10				
			хлеб пшеничный	39	1,72				
	2 блюдо	115/131	рагу овощное с мясом	200	76,54	144	4,8	6,2	15,8
			мука	3	0,21				
			картофель	98	3,92				
			Капуста белокочанная	76	3,42				
			лук реп.	35	1,23				
			морковь	63	2,52				
			масло растительное	8	1,42				
			томатна паста	6	1,89				
			филе курицы	122	60,39				
			масло сливочное	1	1,48				
			сахар	0,7	0,07				
	напиток	276/303	яблочно-лимонный напиток	200	18,64	101	0,3	0,2	2,5
			яблоко	57	11,17				
			лимон	16	5,57				
			Сахар	20	1,90				
	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					122,03	622,6	16,8	15,1	86,85
Итого за весь день					289,45	1198,73	37,5	50,53	183,7

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

Делявская

Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет проживающие			Отд./корп			День	Четверг	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	185/208	каша пшенинная молочная	250/10.	31,62	351,9	17,3	11	39,9
			жидкая	50	3,40				
			крупя пшено	126	12,85				
			молоко	6	0,57				
			Сахар	10	14,80				
	гор.напиток	274/301	масло сливочное	200	20,39	88	3,3	2,5	13,7
			какао с молоком	4	0,69				
			какао порошок	100	10,20				
			молоко	10	9,50				
			Сахар	70/20.	32,68	313	5,4	17	34
хлеб	1/9.	бутерброд с маслом	70	3,08					
		хлеб	20	29,60					
		масло сливочное		84,69	752,9	26	30,5	87,6	
Итого									
Обед	закуска	36/44	Салат картофельный с	100	9,23	144	3,3	5,4	10,8
			зеленым горошком	10	1,20				
			яйцо	86	3,44				
			картофель	8	1,42				
			масло растительное	27	2,86				
			горошек консер.	9	0,32				
	1 блюдо	63/72	суп картофельный с	250	13,78	111,7	2,6	2,5	18,8
			бобовыми и гречками	62,5	2,50				
			картофель	12	0,42				
			лук реп.	16	0,64				
			морковь	5	7,40				
			масло сливочное	20	1,10				
			горох	39	1,72				
			хлеб пшеничный	250	76,54	523	21,4	28,4	23,5
	2 блюдо	115/131	рагу овощное с мясом	3	0,21				
			мука	98	3,92				
			картофель	76	3,42				
			Капуста белокачанная	35	1,23				
			лук реп.	63	2,52				
			морковь	8	1,42				
			масло растительное	6	1,89				
			томатна паста	122	60,39				
			Филе курицы	1	1,48				
			масло сливочное	0,7	0,07				
			сахар	200	18,64	101	0,3	0,2	2,5
			напиток	276/303	яблочно-лимонный	57	11,17		
	напиток	16			5,57				
	яблоко	20			1,90				
	лимон	40			1,76	93,5	3,5	0,5	24,15
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,80	74,4	2,3	0,3	14,8
			хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	40			
	Итого				121,75	1047,6	33,4	37,3	94,55
	Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (Груша)	200	79,2	34,13	0,3	0,23
напиток		г.п.	сок фруктовый	200	19,2	92	1	0	25,4
сладкое		г.п.	мармелад	50	19,65	321	0,1	0	79,4
Итого					118,05	447,13	1,4	0,23	112,15
Ужин	закуска	44/98	салат из свежих овощей с с	100	16,548	153,5	2	6,14	22,54
			морковь	48,6	1,944				
			Капуста белокачанная	31,3	1,4085				
			курага	9,5	4,37				
			чернослив	15,3	7,5735				
			Сахар	2	0,19				
			масло растительное	6	1,062				
			2 блюдо	124/146	фрикадельки из кур	100	49,8	245	12,5
	гарнир	165/188	каша рассыпчатая из гречне	200	14,58	214,2	14	8,7	57,9
			крупя гречневая	95	5,7				
			масло сливочное	6	8,88				
			хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,76	93,5	3,5
	гор. Напиток	268/295	чай с сахаром	200	1,29	35	0,1	0,03	9,9
			чай	0,4	0,34				
			чай	10	0,95				
			сахар		83,978	741,2	32,1	31,07	115,69
	Итого								
	завтрак 2	кисломолочн ый напиток	г.п.	кефир	200	20,8	100	5,8	5
чай с сахаром				200	1,29	35	0,1	0,03	9,9
гор. Напиток		168/295	чай	0,4	0,34				
			Сахар	10	0,95				
сладкое		г.п.	баранка	50	17,15	149	1,99	2,7	26,3
					39,24	284	7,89	7,73	44,2
Итого									
Итого за весь день					447,71	3272,83	100,79	106,83	454,19

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 471092413905542759889334510250069883863198699200

Владелец Делявская Наталья Анатольевна

Действителен с 12.01.2026 по 12.01.2027