

Основное организованное меню					Утверждаю Директор МБОУ Целинной ОШ №15 Н.А. Дедяская Вторник 25.12.2015					
Школа	МБОУ Целинная ОШ № 15 12-18 приходящие			Отд./корп			День			
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор. Блюдо	125/238	Каша гречневая молочная вязкая	180/5	26,79	145	8,2			
			молоко	120	12,24					
			гречка	63	3,78					
			сахар	6	0,57					
			масло сливочное	7	10,36					
			272/29	Кофейный напиток на молоке	200	11,854	94	2,9	2,8	11,2
		Кофейный напиток		8	0,704					
		сахар		10	0,95					
		молоко		100	10,2					
		кефир		200	20,8	100	5,8	5	8	
		напиток	г.п.	Фрукт (Апельсин)	200	48,6	108	2,7	0,56	2,24
		Фрукт	г.п.							
		хлеб	3/11.	бутерброд с сыром	50/20.	23,76	102	5	3	14,5
				хлеб пшеничный	50	2,2				
				сыр	22/01.	21,56				
	Итого					143,71	549	24,6	19,36	69,34
Обед	закуска	сен.17	Салат "Из белокачанной капусты с зеленым горошком"	100	12,036	99	4,2	9,2	5,7	
			капуста белокачанная	84	3,78					
			гороше консерв.	20	2,04					
			яйцо	40	4,8					
	1 блюдо	65/78	масло растительное	8	1,416					
			Борщ с капустой и картофелем	300	15,2399	165	2,8	5,6	8,3	
			капуста белокачанная	30	1,35					
			картофель	48	1,92					
			морковь	16	0,64					
			лук реп.	14	0,49					
			масло растительное	6	1,062					
			свекла	64	3,2					
			томатная паста	3,5	1,1025					
			сметана	10	5,1429					
			сахар	3,5	0,3325					
	2 блюдо	129/151	Котлета с соусом	120/50	37,95	315	20,1	15,3	17	
			Котлета	100	35					
			соус	5,3	2,9535					
			лук реп.	1	0,035					
			морковь	3	0,12					
			томатна паста	5	1,575					
			масло сливочное	0,7	1,036					
			сахар	0,5	0,0475					
			мука	2	0,14					
			Макароны отварные с маслом	230/10	11,24	301	8,4	6,4	51	
	гарнир	129/151	Макароны	64	3,84					
			масло сливочное	5	7,4					
			Напиток Яблочно-лимонный	200	18,64	101	0,3	0,2	0,8	
	напиток	278/303	Яблоко	57	11,172					
			лимон	16	5,568					
			Сахар	20	1,9					
			хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,76	93,5	3,5	0,5
		хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	20	0,9	37,2	1,15	0,15	7,4
Итого					97,77	1111,7	40,45	37,35	114,35	
Итого за весь день					241,48	1660,7	65,05	56,71	183,69	



Основное организованное меню									
Школа	МБОУ Целинная ОШИ №15 7-11 лет проживающие			Отд./корп					
Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводи
Завтрак	гор. Блюдо	125/238	Каша гречневая молочная вязкая	150/5	85,947	158	8,2	8,3	33,4
Завтрак			гречка	45	2,7				
Завтрак			сахар	5	0,475				
Завтрак			молоко	86	8,772				
Завтрак			масло сливочное	5	74				
Завтрак	гор. Блюдо	125/238	Сырники из творога	100/10	68,115	125	25	15	30
			творог	135	55,35				
			Яйцо	1/8шт	0,96				
			мука	20	1,4				
			сахар	15	1,425				
			масло сливочное	5	7,4				
			стуженое молоко	10	1,58				
	гор.напиток	272/29	кофейный напиток на молоке	200	11,3612	94	2,9	2,8	11,2
			кофейный напиток	2,4	0,2112				
			молоко	100	10,2				
			сахар	10	0,95				
	хлеб	3/11.	бутерброд с сыром	30/10.	12,1	106	5	3	14,5
			хлеб пшеничный	30	1,32				
			сыр	11/01.	10,78				
Итого					91,5762	483	41,1	28,8	79,1
Обед	закуска	39/47	салат "Из белокачанной капусты с зеленым горошком"	60	13,403	92	4,2	9,2	5,7
			капуста белокачанная	68	3,06				
			лук	20	0,7				
			горошек консерв.	34	3,604				
			яйцо	40	4,8				
			масло растительное	7	1,239				
1 блюдо	65/78		Борщ с капустой и картофелем	200	10,82732	110	1,9	6,6	10,13
			капуста белокачанная	20	0,9				
			картофель	21	0,84				
			морковь	10	0,4				
			свекла	42	2,1				
			сахар	2	0,19				
			лук реп.	9	0,315				
			масло растительное	4	0,708				
			томатная паста	3	1,26				
			сметана	8	4,11432				
2 блюдо	99/113		Котлета с соусом	90	36,5692	118,3	12	11	11
			котлета	100	35				
			соус	12,3	1,5692				
			лук реп.	0,5	0,175				
			томатная паста	3	0,945				
			масло сливочное	1,7	0,2516				
			мука	1,3	0,091				
			морковь	1,9	0,076				
			сахар	0,3	0,0306				
гарнир	129/151		макаронные отварные с маслом	200/10	4,58	275	8,4	6,4	51
			макаронны	64	3,84				
			масло сливочное	5	0,74				
напиток	278/303		Напиток Яблочно-лимонный	200	18,64	101	0,3	0,2	0,8
			Яблоно	57	11,172				
			лимон	16	5,568				
			Сахар	20	1,9				
хлеб бел.	г.п.		хлеб пшеничный	40	1,76	93,5	3,5	0,5	24,15
хлеб черн.	г.п.		хлеб ржаной	20	0,9	37,2	1,15	0,15	7,4
Итого					86,68	827	31,45	34,05	110,18
Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (Апельсин)	200	48,6	108	2,7	0,56	2,24
	напиток	г.п.	сок фруктовый	200	19,2	92	1	0	25,4
	сладкое	г.п.	Вафли	35	13,72	81	0,74	3,78	0,063
Итого					81,52	281	4,44	4,34	27,703
Ужин	закуска	129/151	Картофель отварной с маслом	180	18,32	151	3,5	3,8	25
			картофель	310	12,4				
			масло сливочное	4	5,92				
гор.блюдо	93/107		Гуляш из отварной курицы	80/30	101,9641	268,2	11,2	17,91	6,3
			лук реп.	15,4	0,539				
			томатная паста	3,3	1,0395				
			морковь	19,1	0,764				
			мука	3,3	0,231				
			масло растительное	7,8	1,3806				
			филе куриное	198	98,01				
хлеб бел.	г.п.		хлеб пшеничный	35	1,54	81,81	3,06	0,44	1,76
хлеб черн.	г.п.		хлеб ржаной	35	1,575	65,1	2,01	0,26	1,04
гор. Напиток	269//296		чай с молоком	200	6,39	69	1,6	1,8	12,4
			чай	0,4	0,34				
			Сахар	10	0,95				
			молоко	50	5,1				
Итого					129,7891	635,11	21,37	24,21	46,5
завтрак 2	напиток	г.п.	Кефир	200	20,8	100	5,8	5	8
	сладкое	г.п.	Печенье сахарное	30	10,5	125,1	2,18	0,53	125,1
Итого					31,3	225,1	7,98	5,53	133,1
Итого за весь день					420,86	2451,21	106,34	96,93	396,583



	Основное организованное меню								
Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 1-4 классы			Отд./корп					
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. Блюдо	125/238	каша гречневая	180/5	19,382	158	8,2	8	
			молочная вязкая						
			гречка	45	2,7				
			сахар	5	0,51				
			молоко	86	8,772				
				масло сливочное	5	7,4			
	фрукт напиток	г.п. г.п. 03.ноя	Фрукт (Апельсин)	200	48,6	108	2,7	0,56	2,24
			кефир	200	2,08	100	5,8	5	8
			бутерброд с сыром	30/10.	12,1	106	5	3	14,5
			хлеб пшеничный	30	1,32				
				сыр	11/01.	10,78			
Итого				82,162	472	21,7	16,56	58,14	
Обед	закуска	39/47	салат " из белокачанной капусты с зеленым гор. "	60	13,934	92	4,2	9,2	5,7
			капуста белокачанная	68	3,06				
			лук реп.	20	0,7				
			гороше консерв.	34	3,604				
			яйцо	40	4,8				
			масло растительное	10	1,77				
	1 блюдо	65/78	Борщ с капустой и картофелем	200	6,023	110	2,13	5,63	10,13
			капуста белокачанная	20	0,9				
			картофель	21	0,84				
			морковь	10	0,4				
			лук реп.	9	0,315				
			масло растительное	4	0,708				
			свекла	42	2,1				
			сметана	8	4,11432				
			томатна паста	3	2,52				
			сахар	2	0,76				
	2 блюдо	93/107	Котлета с соусом	80/30	42,181	118,3	12	11	11
			Котлета	100	35				
			Соус	12,3	3,674				
			лук реп.	0,5	0,0175				
			томатна паста	3	0,945				
			масло сливочное	1,7	2,516				
			мука	1,3	0,091				
			морковь	1,9	0,076				
			сахар	0,3	0,0285				
			гарнир	129/151	Макароны с маслом	200/10	9,76	275	8,4
	макароны	64			3,84				
	масло сливочное	4			5,92				
	Напиток Яблочно- лимонный	200			18,64	101	0,3	0,2	0,8
	напиток	278/303	Яблоко	57	11,172				
			лимон	16	5,568				
			Сахар	20	1,9				
			хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,76	93,5	3,5
	хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	20	0,9	37,2	1,15	0,15	7,4
	Итого				93,20	827	31,68	33,08	110,18
Итого за весь день				175,36	1299	53,38	49,64	168,32	



							Утверждаю директор МБОУ Целинной ОШИ №15 Н.А. Делявская				
Основное организованное меню											
Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет проживающие			Отд./корп				День	Вторник 25.11.2025г		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор. Блюдо	125/238	Каша гречневая молочная вязкая	180/5	23,99	240	8,2	8	33,4		
			гречка	63	3,78						
			молоко	120	12,24						
			сахар	6	0,57						
			масло сливочное	5	7,4						
	гор.напиток	272/29	кофейный напиток на молоке	200	61,904	94	2,9	2,8	11,2		
			кофейный напиток	8	0,704						
			молоко	100	10,2						
			сахар	10	0,95						
			сырники из творога	100/10	51	125	25	15	20		
	хлеб	3/11.	бутерброд с сыром	50/20	23,76	167	7,6	4,3	17,2		
			хлеб пшеничный	50	2,2						
			сыр	22\01.	21,56						
Итого Обед					109,654	626	43,7	30,1	81,8		
	закуска	39/47	салат "из белокочанной капусты с зелюгорошком"	100	13,47	122	4,2	9,2	5,7		
			капуста белокочанная	84	3,78						
			морковь	25	1						
			гороше консерв.	20	2,12						
			яйцо	40	4,8						
	1 блюдо	65/78	масло растительное	8	1,77						
			Борщ	300	9,1245	165	2,8	5,6	8,3		
			капуста белокочанная	30	1,35						
			картофель	32	1,28						
			морковь	16	0,64						
			лук реп.	14	0,49						
			масло растительное	6	1,062						
			свекла	64	3,2						
			сметана	10	5,1429						
			сахар	3,5	0,3325						
	томатна паста	3,5	1,1025								
	2 блюдо	202/225	Макароны отварные с маслом	230/10	11,24	301	8,4	6,4	51		
			макароны	64	3,84						
			масло сливочное	5	7,4						
			Котлета с соусом	120/50	40,7735	315	20,1	15,3	17		
			котлета	100	35						
	гарнир	99/113	соус	10	5,7735						
			лук реп.	1	0,035						
			морковь	3	0,12						
			масло сливочное	2,7	3,996						
томатна паста			5	1,575							
напиток	278/303	сахар	0,5	0,0475							
		Напиток Яблочно-лимонный	200	18,64	101	0,3	0,2	0,8			
		Яблоко	57	11,172							
		лимон	16	5,568							
		Сахар	20	1,9							
хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,76	93,5	3,5	0,5	24,15			
		хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	20	0,9	37,2	1,15	7,4		
Итого Полдник					95,91	1134,7	40,45	37,35	114,35		
	фрукты	г.п.	фрукт свежий (Апельсин)	200	48,6	108	2,7	0,56	2,24		
	напиток	г.п.	сок фруктовый	200	19,2	92	1	0	25,4		
	сладкое	г.п.	Вафли	35	13,72	81	0,74	3,78	0,063		
Итого Ужин					81,52	281	4,44	4,34	27,703		
	закуска	93/107	Гуляш из отварной курицы	120/49	113,8265	315	4,3	0	37,8		
			Филе куриное	220	108,9						
			лук реп.	18,7	0,6545						
			морковь	22,3	0,892						
			масло растительное	10	1,77						
	гор.блюдо	129/151	мука	5	0,35						
			томатна паста	4	1,26						
			Картофель отварной	180	6,66	176,4	4,3	0	37,8		
			картофель	310	12,4						
			масло сливочное	4	5,92						
	хлеб бел.		хлеб пшеничный	40	1,76	93,5	3,5	0,5	24,15		
			хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	40	1,8	74,4	2,3	0,3	14,8
			гор. Напиток	269//296	чай с молоком	200	6,39	35	0,1	0,03	9,9
			чай	0,4	0,34						
			Сахар	10	0,95						
молоко	50	5,1									
Итого завтрак 2					130,4365	694,3	14,5	0,83	124,45		
	кисломолочный										
	напиток	г.п.	кефир	200	20,8	100	5,8	5	8		
	сладкое	г.п.	Печенье сахарное	40	14	166,8	2,9	0,7	166,8		
Итого					34,8	266,8	8,7	5,7	174,8		
Итого за весь день					452,32	2965,9	113	80,63	413,42		

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 471092413905542759889334510250069883863198699200

Владелец Делявская Наталья Анатольевна

Действителен с 12.01.2026 по 12.01.2027