

Основное организованное меню

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



Основное организованное меню

Утверждаю
Целинный ОУ № 5



Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15	Отд./корп	целинный О	Два	Четыре	11	11	11	
Присл. класс	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углебды
Завтрак	гор.блюдо	185/208	каша пшениная молочная жидкая	180/5	20,99	249,6	3,84	4,8	9,2
			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	12,2
			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				
			томатна паста	4,5	1,42				
			масло сливочное	0,7	1,04				
			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				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
			каша рассыпчатая из гречнев.	180	12,56	267,8	12,6	7,8	52,1
	гарнир	165/188	крупа гречневая	86	5,16				
			масло сливочное	5	7,4				
	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				76,978	709	35,3	25,13	102,25	
завтрак 2	кисломолочный напиток	г.п.	Кофир	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				
			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

Школа	МБОУ Целинная ОШ № 15 7-11 приходящие			Отд./корп					
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		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				
			хлеб пшеничный	39	1,72				
	2 блюдо	115/131	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

Школа	МБОУ Целинная ОШ № 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 пшеничная молочная жидкая	200	23,78	189	7,3		44*
			крупа 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 белокачанная	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



**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 471092413905542759889334510250069883863198699200

Владелец Делявская Наталья Анатольевна

Действителен с 12.01.2026 по 12.01.2027