

Основное организованное меню

Утверждено
директор МБОУ
Н.А. Сидорова

Школа	МБОУ Целинная ОШ № 15 7-11 лет проживающие		Отд./корп						
Прием пищи	Раздел	№ рецеп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеб.
Завтрак	гор.блюдо	73/86	Суп молочный с крупой рисовой	250	18,17	224			
			молоко	125	12,75				
			масло сливочное	1,6	2,37				
			сахар	1,6	0,15				
			рис	20	2,90				
	гор.напиток	274/301	какао с молоком	200	11,50	94	2		
			какао порошок	2	0,35				
			сахар	10	0,95				
			молоко	100	10,20				
	хлеб	2/10	бутерброд с маслом и сыром	40/15/10	36,06	110	6,7	9,6	
			хлеб	40	1,76				
			масло сливочное	10	14,80				
	закуска	г.п.	сыр	15	14,70				
			яйцо	40/1шт	4,80	63	5,08	4,6	0,28
Итого					70,53	491	20,18	22,2	41,63
Обед	закуска	21/29	салат "Витаминный"	100	11,12	91	1,5	4,6	11
			Капуста белокачанная	84	3,78				
			морковь	32	1,28				
			яблоко	24	4,70				
			сахар	5	0,48				
			масло растительное	5	0,89				
	1 блюдо	56/68	Свекольник	250	13,73	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	0,39				
			сахар	1,6	0,15				
			сметана	10	5,14				
	2 блюдо	95/109	Печень по-строгановски	80/40	46,71	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	1,26				
			каша гречневая рассыпчатая	180	12,56	267,8	12,6	7,8	52,1
			крупя гречневая	86	5,16				
	напиток	291/318	масло сливочное	5	7,40				
			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					100,28	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	8,392	137	3,8	10,5	6,8
			картофель	45	1,8				
			морковь	25	1				
			горошек консерв.	27	2,862				
			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	15,085	241	4,4	4,3	25,3
			рис	53	7,685				
	хлеб бел.	г.п.	масло сливочное	5	7,4				
			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					76,297	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				
			сахар	10	0,95				
	сладкое	,260/285	Булочка слоеная	50	10,4854	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	6,66				
			яйцо	3шт	0,36				
			молоко	4,5	0,459				
Итого					32,5754	294	9,8	9,33	43,9
Итого за весь день					348,16	2662,1	92,68	103,16	375,38

Основное организованное меню



Школа	МБОУ Целінная ОШІ № 15 12-18 лет проживающие			Отд./корп						
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеб.	
Завтрак	гор.блюдо	75/89	Суп молочный с крупой рисовой	250	18,17	224	5,5			
			молоко	125	12,75					
			масло сливочное	1,6	2,37					
			сахар	1,6	0,15					
			рис	20	2,90					
	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	31,26	328	6,7	9,6	13,2	
			хлеб	40	1,76	93,5	3,5	1,2	24,15	
			масло сливочное	10	14,80					
			сыр	15	14,70					
	закуска	г.п.	яйцо	40/1 шт	4,80	63	5,08	4,6	0,28	
					65,73	802,5	23,68	23,4	65,78	
Итого										
Обед	закуска	21/29	салат "Витаминный"	100	53,46	91	1,5	4,6	11	
			Капуста белокачанная	84	3,78					
			морковь	32	1,28					
			яблоко	24	47,04					
			сахар	5	0,48					
			масло растительное	5	0,89					
	1 блюдо	56/68	Свекольник	250	13,73	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	0,39					
			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	1,26					
	гарнир	165/188	томатна паста	4	1,26					
			каша гречневая рассыпчатая	200	14,58	214,2	14	8,7	57,9	
			крупя гречневая	95	5,70					
			масло сливочное	6	8,88					
	напиток	291/318	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					165,08	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	8,392	137	3,8	10,5	6,8	
			картофель	45	1,8					
			морковь	25	1					
			горошек консерв.	27	2,862					
			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	16,68	241	4,4	4,3	25,3	
			рис	64	9,28					
			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					77,922	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					
			сахар	10	0,95					
	сладкое	260/285	Булочка слобная	50	10,4854	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	6,66					
			яйцо	3шт	0,36					
			молоко	4,5	0,459					
Итого					32,5754	259	9,8	9,3	43,9	
Итого за весь день					409,79	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