

Основное организованное меню

Утверждаю: директор
МБОУ Верхинной ОШ №15 - Н.А. Делявская

Школа		МБОУ Целинная ОШ № 15 12-18 лет проживающие			Отд./корп				Дневная	Среда		
Прием пищи		Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор.блюдо	182/205	наша манная молочная жидкая	250	36,10	325	10,2	12,8	42,3			
			крупа манная	39	2,73							
			молоко	220	22,44							
			Сахар	6	0,57							
			масло сливочное	7	10,36							
	гор.напиток	275/302	какао на сгущенном молоке	200	6,35	120	3,5	3,4	19,6			
			какао порошок	2	0,35							
			молоко сгущенное	38	6,00							
	хлеб	4/12.	бутерброд с повидлом	43/40/10	20,50	349	4,1	12,6	55,6			
			хлеб пшеничный	30	1,32							
Итого				повидло	40	10,88						
Обед	закуска	20/28	салат "из свежих огурцов и помидор"	100	27,82	81	0,7	7,4	2,9			
			огурец свежий	50	13,50							
			помидор	47	12,69							
			лук реп.	18	0,63							
			масло растительное	5	0,89							
			кислота лимонная	0,5	0,008							
			сахар	1	0,10							
			соль	0,3	0,01							
			рассольник Ленинградский	250/10	28,95	120	18,16	5,3	15,4			
			картофель	93,3	3,73							
	1 блюдо	56/69	крупа перловая	5	0,24							
			морковь	12,5	0,50							
			лук реп.	6,6	0,23							
			масло сливочное	5	7,40							
			огурец соленый	26,6	11,70							
			сметана	10	5,14							
			рыба припущенная "Минтай"	100	64,30	259,2	3	14,5	2,16			
			морковь	4	0,16							
			минтай	246	63,96							
			лук реп.	5	0,18							
	гарнир	131/153	картофельное пюре	180	19,53	168	3,7	6,3	23,4			
			картофель	193,5	7,74							
			масло сливочное	6	8,88							
			молоко кипяченое	28,5	2,91							
			напиток	291/318	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 ржаной	40	1,80	74,4	2,3	0,3	14,8			
	хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	40	1,80	74,4	2,3	0,3	14,8			
			хлеб черн.	40	1,80	74,4	2,3	0,3	14,8			
	соус	227/250	соус белый основной	20	1,97	49,2	3,76	3,48	0,76			
мука			1,25	0,09								
		лук реп.	1	0,04								
		масло сливочное	1,25	1,85								
Итого					158,73	921,3	35,12	37,78	103,57			
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.	пряник	50	12,5	200	1,8	6,5	34			
Итого					66,98	325,3	3,1	6,8	66,15			
Ужин	закуска	18/26	салат из моркови с яблоком	100	8,51105	67	0,9	3,4	8,4			
			морковь	80	3,2							
			яблоко	23	4,508							
			масло растительное	4	0,708							
			кислота лимонная	0,3	0,00465							
			Сахар	0,8	0,076							
			соль	0,3	0,0144							
			плов с мясом птицы	200	65,3755	522	21	27	44,2			
			куры	196,5	55,02							
			лук реп.	12,5	0,4375							
	гор.блюдо	123/145	морковь	13	0,52							
			крупа рисовая	47	6,815							
			масло растительное	10,5	1,8585							
			томатна паста	2,3	0,7245							
			хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,76	93,5	3,5	0,5	24,15	
			хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	40	1,8	74,4	2,3	0,3	14,8	
			гор напиток	268/295	чай с сахаром	200/20	1,29	114,8	0,1	0,03	30,1	
			чай	0,4	0,34							
			сахар	10	0,95							
	Итого					78,73655	871,7	27,8	31,23	121,65		
завтрак 2	кисломолочны й напиток	г.п.	кефир	200	20,8	100	5,8	5	8			
			ватрушка с творогом	50	10,994112	136	5,8	3,6	19,4			
			мука	25	1,75							
	сладкое	252/276	сахар	1,3	0,1235							
			масло сливочное	1	1,48							
			яйцо	8шт	0,96							
			дрожжи	0,2	0,066							
			соль	0,4	0,0192							
			масло растительное	0,2	0,0354							
			ванилин	0,002	0,000012							
			творог	16	6,56							
	Итого за весь день					399,19	3148,3	95,42	113,21	373,52		

Утверждаю

директор МБОУ
Целинной ОШ №15
Н.А. Делявская

Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШ № 15 7-11 лет проживающие			Отд./корп				День	Средн		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор.блюдо	182/205	каша манная молочная жидкая	180/5.	25,95	234	7,3	9,2	30,5		
			крупа манная	28	1,96						
			молоко	158	16,12						
			Сахар	5	0,48						
			масло сливочное	5	7,40						
	гор.напиток	275/302	какао на сгущенном молоке	200	5,15		3,5	3,4	19,6		
			какао порошок	2	0,35						
			молоко сгущенное	38	6,00						
	хлеб	4/12.	яйцо вареное	40	4,80						
			бутерброд с повидлом	40-50-10	30,16	222	2,4	7,5	36,9		
			масло сливочное	10	14,80						
			хлеб пшеничный	40	1,76						
					61,26	456	13,2	20,1	87		
Обед	закуска	20/28	салат "из свежих огурцов и помидор"	60	19,71	81	0,7	7,4	2,9		
			огурец свежий	30	8,10						
			помидор	38	10,26						
			лук реп.	10	0,35						
			масло растительное	5	0,89						
			кислота лимонная	0,5	0,008						
			сахар	1	0,10						
			соль	0,3	0,01						
			1 блюдо	56/69	рассольник Ленинградский	250/10	28,95	120	18,16	5,3	15,4
					картофель	93,3	3,73				
	крупа перловая	5			0,24						
	морковь	12,5			0,50						
	лук реп.	6,6			0,23						
	масло сливочное	5			7,40						
	2 блюдо	77/91	огурец соленый	26,6	11,70						
			сметана	10	5,14						
			рыба припущенная "Минтай"	90	51,37	224	18,2	10,2	2		
			минтай	196	50,96						
	соус	227/250	морковь	5	0,20						
			лук реп.	6	0,21						
			соус белый основной	20	1,97	49,2	3,76	3,48	0,76		
			лук реп.	1	0,04						
	гарнир	131/153	масло сливочное	1,25	1,85						
			мука	1,25	0,09						
			картофельное пюре	150	16,28	140	1,8	1,2	0,81		
			картофель	161,5	6,46						
			масло сливочное	5	7,40						
			молоко кипяченое	23,75	2,42						
	напиток	291/318	кисель плодово - ягодный	200	12,60	76	0	0	20		
			хлеб бел.	40	1,76	93,5	3,5	0,5	24,15		
			хлеб черн.	40	1,80	65,1	2,01	0,26	1,04		
Итого				134,45	848,8	48,13	28,34	67,06			
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.	пряник	50	12,5	200	1,8	6,5	34		
Итого				66,98	325,3	3,1	6,8	66,15			
Ужин	закуска	18/26	салат из моркови с яблоком	100	12,05105	67	0,9	3,4	8,4		
			морковь	80	3,2						
			яблоко	23	4,508						
			масло растительное	24	4,248						
			кислота лимонная	0,3	0,00465						
			Сахар	0,8	0,076						
			соль	0,3	0,0144						
			гор.блюдо	123/145	плов с мясом птицы	170	54,654	443,7	12,1	9,2	36,8
					куры	160,5	44,94				
					масло растительное	3,5	0,6195				
	лук реп.	10,8			0,378						
	морковь	11,5			0,46						
	крупа рисовая	41			5,945						
	хлеб бел.	г.п.	масло растительное	9,5	1,6815						
			томатная паста	2	0,63						
			хлеб пшеничный	40	1,76	93,5	3,5	0,5	24,15		
			хлеб ржаной	40	1,8	74,4	2,3	0,3	14,8		
	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						
Итого				71,55505	713,6	18,9	13,43	94,05			
завтрак 2	кисломолочный напиток	г.п.	Кефир	200	20,8	100	5,8	5	8		
			ватрушка с творогом	50	13,13515	136	5,8	3,6	19,4		
	сладкое	252/276	мука	32	2,24						
			сахар	3,1	0,2945						
			масло сливочное	2	2,96						
			яйцо	8шт	0,96						
			дрожжи	0,2	0,066						
			соль	0,4	0,0192						
			масло растительное	0,2	0,0354						
			ванилин	0,002	0,00005						
			творог	16	6,56						
			Итого				33,93515	236	11,6	8,6	27,4
			Итого за весь день				368,17	2579,7	94,93	77,27	341,66

Основное организованное меню

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

Основное организованное меню										
Деляевская Среда 10.12.2025г										
МБОУ Целинная ОШИ № 15 1-4 классы 7-11 приходящие				Отд./корп			День			
Школа	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Прием пищи Завтрак	гор.блюдо	182/205	каша манная молочная жидкая	150	25,95	234	7,3	9,2	30,5	
			крупа манная	28	1,96					
			молоко	158	16,12					
			Сахар	5	0,48					
	гор.напиток	275/302	масло сливочное	5	7,40					
			какао на сгущенном молоке	200	6,35	120	3,5	3,4	19,6	
			какао порошок	2	0,35					
			молоко сгущенное	38	6,00					
	напиток	г.п.	кефир	200	20,80	100	5,8	5	8	
	фрукт	г.п.	фрукт (Яблоко)	180	35,28	33,3	0,3	0,3	6,75	
	хлеб	4/12.	бутерброд с повидлом	30/40/10	20,50	222	2,4	7,5	36,9	
			хлеб пшеничный	30	1,32					
				повидло	40	10,88				
					108,88					
					108,88	709,3	19,3	25,4	101,75	
Итого										
Обед	закуска	20/28	салат "Из свежих огурцов и помидор"	100	19,71	61	0,7	7,4	2,9	
			огурец свежий	30	8,10					
			помидор	38	10,26					
			лук реп.	10	0,35					
			масло растительное	5	0,89					
			кислота лимонная	0,5	0,008					
			сахар	1	0,10					
			соль	0,3	0,01					
	1 блюдо	56/69	рассольник Ленинградский	250/10	28,95	120	18,16	5,3	15,4	
			картофель	93,3	3,73					
			крупа перловая	5	0,24					
			морковь	12,5	0,50					
			лук реп.	6,6	0,23					
			масло сливочное	5	7,40					
			огурец соленый	26,6	11,70					
			сметана	10	5,14					
	2 блюдо	77/91	рыба припущенная "Минтай"	90	51,37	226	18,2	10,2	2	
			минтай	196	50,96					
			морковь	5	0,20					
			лук реп.	6	0,21					
	соус	227/250	соус белый основной	20	1,97	45,2	3,76	3,48	0,76	
			лук реп.	1	0,04					
			масло сливочное	1,25	1,85					
			мука	1,25	0,09					
	гарнир	131/153	картофельное пюре	150	16,28	140	1,8	1,2	0,81	
			картофель	161,5	6,46					
			масло сливочное	5	7,40					
			молоко кипяченое	23,75	2,42					
	напиток	291/318	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	2,60	65,1	2,01	0,26	1,04	
					1,40	826,8	48,13	28,34	67,06	
Итого										
Итого за весь день					5,70	1536,1	67,43	53,74	168,81	

Основное организованное меню

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

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет приходящие			Отд./корп				День	Среда 10.12.2025г.
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	182/205	каша манная молочная жидкая	29	36,10	210	10,2	12,8	42,3
			крупа манная	39	2,73				
			молоко	220	22,44				
			Сахар	6	0,57				
			масло сливочное	7	10,36				
	гор.напиток	275/302	какао на сгущенном молоке	200	6,35	120	3,5	3,4	19,6
			какао порошок	2	0,35				
			молоко сгущенное	38	6,00				
	напиток	г.п.	кефир	200	20,80	100	5,8	5	8
	Фрукт	г.п.	фрукт (Яблоко)	180	35,28	33,3	0,3	0,3	6,755
	хлеб	4/12.	бутерброд с повидлом	30/40/10	26,49	122	2,4	7,5	36,9
			масло сливочное	10	14,80				
повидло			40	10,88					
Итого				125,02	585,3	22,2	29	113,555	
Обед	закуска	14/22	салат "Из свежих огурцов и помидор"	100	27,82	81	0,7	7,4	2,9
			огурец свежий	50	13,50				
			помидор	47	12,69				
			лук реп.	18	0,63				
			масло растительное	5	0,89				
			кислота лимонная	0,5	0,01				
			сахар	1	0,10				
			соль	0,3	0,01				
	1 блюдо	56/69	рассольник Ленинградский	250/10	28,95	120	18,16	5,3	15,4
			картофель	93,3	3,73				
			крупа перловая	5	0,24				
			морковь	12,5	0,50				
			лук реп.	6,6	0,23				
			масло сливочное	5	7,40				
			огурец соленый	26,6	11,70				
			сметана	10	5,14				
	2 блюдо	77/91	рыба припущенная "Минтай"	100	64,30	259,2	3	14,5	2,16
			морковь	4	0,16				
			минтай	246	63,96				
			лук реп.	5	0,18				
	гарнир	131/153	картофельное пюре	180	19,53	168	3,7	6,3	23,4
			картофель	193,5	7,74				
			масло сливочное	6	8,88				
			молоко кипяченое	28,5	2,91				
	напиток	291/318	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
	соус	227/250	соус белый основной	20	1,97	61,5	4,7	4,35	0,95
			мука	1,25	0,09				
			лук реп.	1	0,04				
			масло сливочное	1,25	1,85				
Итого						158,73	933,6	36,06	38,65
Итого за весь день					283,75	1518,9	58,26	67,65	217,315

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 471092413905542759889334510250069883863198699200

Владелец Делявская Наталья Анатольевна

Действителен с 12.01.2026 по 12.01.2027