

Утверждаю

директор МБОУ
Целинной ОШИ №15
Н.А. Делявская

Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 лет проживающие			Отд./корп				День	Среда 24.12.2025г			
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	гор.блюдо	182/205	каша манная молочная жидкая	180/5.	26,43	234	7,3	9,2	30,5			
			крупа манная	28	1,96							
			молоко	158	16,59							
			Сахар	5	0,48							
			масло сливочное	5	7,40							
	гор.напиток	275/302	какао на густенном молоке	200	5,15		3,5	3,4	19,6			
			какао порошок	2	0,35							
			молоко густенное	38	6,08							
	хлеб	4/12.	яйцо вареное	40	4,80							
			бутерброд с повидлом	40-50-10	30,20	222	2,4	7,5	36,9			
масло сливочное			10	14,80								
		хлеб пшеничный	40	1,80								
		повидло	50	13,60								
Итого				61,77	456	13,2	20,1	87				
Обед	закуска	20/28	салат "из свежих огурцов и помидор"	60	20,14	81	0,7	7,4	2,9			
			огурец свежий	30	8,10							
			помидор	38	10,64							
			лук реп.	10	0,40							
			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	29,46	120	18,16	5,3	15,4			
			картофель	93,3	3,73							
			крупа перловая	5	0,24							
			морковь	12,5	0,69							
			лук реп.	5,6	0,26							
			масло сливочное	5	7,40							
			огурец соленый	26,6	11,70							
			сметана	10	5,43							
	2 блюдо	77/91	рыба припущенная "Минтай"	90	52,65	224	18,2	10,2	2			
			минтай	196	52,14							
			морковь	5	0,28							
			лук реп.	6	0,24							
			соус	227/250	соус белый основной	20	1,98	49,2	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	13,40	76	0	0	20		
				хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,80	93,5	3,5	0,5	24,15
хлеб бел.	г.п.	хлеб ржаной	40	1,80	65,1	2,01	0,26	1,04				
Итого				137,51	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	13,25105	67	0,9	3,4	8,4			
			морковь	80	4,4							
			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							
			плов с мясом птицы	170	56,4855	443,7	12,1	9,2	36,8			
	гор.блюдо	123/145	куры	160,5	46,545							
			масло растительное	3,5	0,6195							
			лук реп.	10,8	0,432							
			морковь	11,5	0,6325							
			крупа рисовая	41	5,945							
			масло растительное	9,5	1,6815							
			томатна паста	2	0,63							
			хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,8	93,5	3,5	0,5	24,15	
	хлеб бел.	г.п.	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				74,62655	713,6	18,9	13,43	94,05				
завтрак 2	кисломолочный напиток	г.п.	Кефир	200	21	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				34,13515	236	11,6	8,6	27,4	
			Итого за весь день					375,02	2579,7	94,93	77,27	341,66

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

Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 1-4 классы7-11 приходящие			Отд./корп				День	Среда 24.12.2025г
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	182/205	каша манная молочная жидкая	150	26,43	234	7,3	9,2	30,5
			крупа манная	28	1,96				
			молоко	158	16,59				
			Сахар	5	0,48				
			масло сливочное	5	7,40				
	гор.напиток	275/302	какао на сгущенном молоке	200	6,43	120	3,5	3,4	19,6
			какао порошок	2	0,35				
			молоко сгущенное	38	6,08				
	напиток	г.п.	кефир	200	21,00	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	20,53	222	2,4	7,5	36,9
			хлеб пшеничный	30	1,35				
повидло			40	10,88					
Итого				109,66	709,3	19,3	25,4	101,75	
Обед	закуска	20/28	салат "Из свежих огурцов и помидор"	100	20,14	61	0,7	7,4	2,9
			огурец свежий	30	8,10				
			помидор	38	10,64				
			лук реп.	10	0,40				
			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	29,46	120	18,16	5,3	15,4
			картофель	93,3	3,73				
			крупа перловая	5	0,24				
			морковь	12,5	0,69				
			лук реп.	6,6	0,26				
			масло сливочное	5	7,40				
			огурец соленый	26,6	11,70				
			сметана	10	5,43				
	2 блюдо	77/91	рыба припущенная "Минтай"	90	52,65	226	18,2	10,2	2
			минтай	196	52,14				
			морковь	5	0,28				
			лук реп.	6	0,24				
	соус	227/250	соус белый основной	20	1,98	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	16,35	140	1,8	1,2	0,81
			картофель	161,5	6,46				
			масло сливочное	5	7,40				
			молоко кипяченое	23,75	2,49				
	напиток	291/318	кисель плодово - ягодный	200	13,40	76	0	0	20
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,80	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
Итого				1,40	826,8	48,13	28,34	67,06	
Итого за весь день					5,70	1536,1	67,43	53,74	168,81

Утверждаю _____
МБОУ Целинная ОШ

Делявская

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет приходящие			Отд./корп				День	Среда 24.12.2025г.	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	182/205	каша манная молочная	29	36,76	210	10,2	12,8	42,3	
			жидкая	39	2,73					
			крупа манная	220	23,10					
			молоко	6	0,57					
			Сахар	7	10,36					
	гор.напиток	275/302	какао на сгущенном молоке	200	6,43	120	3,5	3,4	19,6	
			какао порошок	2	0,35					
			молоко сгущенное	38	6,08					
	напиток	г.п.	кефир	200	21,00	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					125,96	585,3	22,2	29	113,555	
Обед	закуска	14/22	салат "Из свежих огурцов и помидор"	100	28,38	81	0,7	7,4	2,9	
			огурец свежий	50	13,50					
			помидор	47	13,16					
			лук реп.	18	0,72					
			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	29,17	120	18,16	5,3	15,4	
			картофель	93,3	3,73					
			крупа перловая	5	0,24					
			морковь	12,5	0,69					
			лук реп.	6,6	0,26					
			масло сливочное	5	7,40					
			огурец соленый	26,6	11,70					
			сметана	10	5,14					
	2 блюдо	77/91	рыба припущенная "Минтай"	100	65,86	259,2	3	14,5	2,16	
			морковь	4	0,22					
			минтай	246	65,44					
			лук реп.	5	0,20					
	гарнир	131/153	картофельное пюре	180	19,61	168	3,7	6,3	23,4	
			картофель	193,5	7,74					
			масло сливочное	6	8,88					
			молоко кипяченое	28,5	2,99					
	напиток	291/318	кисель плодово - ягодный	200	13,40	76	0	0	20	
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,80	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	1,98	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					162,00	933,6	36,06	38,65	103,76
	Итого за весь день					287,95	1518,9	58,26	67,65	217,315

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

Основное организованное меню

МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет проживающие				Отд./корп	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	Среды 24.12.2025г.			
Школа	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	Среды 24.12.2025г.			
Прием пищи Завтрак	гор.блюдо	182/205	каша манная молочная жидкая	250	36,76	325	10,2	12,8	42,3				
			круп манная	39	2,73								
			молоко	220	23,10								
			Сахар	6	0,57								
			масло сливочное	7	10,36								
	гор.напиток	275/302	какао на гущенном молоке	200	6,43	120	3,5	3,4	19,6				
			какао порошок	2	0,35								
			молоко гущенное	38	6,08								
	хлеб	4/12.	бутерброд с повидлом	43/40/10	20,53	349	4,1	12,6	55,6				
			хлеб пшеничный	30	1,35								
				повидло	40	10,88							
					63,72	794	17,8	28,8	117,5				
Итого													
Обед	закуска	20/28	салат "из свежих огурцов и помидор"	100	28,38	81	0,7	7,4	2,9				
			огурец свежий	50	13,50								
			помидор	47	13,16								
			лук реп.	18	0,72								
			масло растительное	5	0,89								
			кислота лимонная	0,5	0,008								
			сахар	1	0,10								
			соль	0,3	0,01								
			рассольник Ленинградский	250/10	29,46	120	18,16	5,3	15,4				
			картофель	93,3	3,73								
	1 блюдо	56/69	круп перловая	5	0,24								
			морковь	12,5	0,69								
			лук реп.	6,6	0,26								
			масло сливочное	5	7,40								
			огурец соленый	26,6	11,70								
			сметана	10	5,43								
			рыба припущенная "Минтай"	100	65,86	259,2	3	14,5	2,16				
			морковь	4	0,22								
			минтай	246	65,44								
			лук реп.	5	0,20								
	гарнир	131/153	картофельное пюре	180	19,61	168	3,7	6,3	23,4				
			картофель	193,5	7,74								
			масло сливочное	6	8,88								
			молоко кипяченое	28,5	2,99								
			напиток	291/318	кисель плодово - ягодный	200	13,40	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	1,98	49,2	3,76	3,48	0,76				
			мука	1,25	0,09								
			лук реп.	1	0,04								
			масло сливочное	1,25	1,85								
						162,24	921,3	35,12	37,78	103,57			
Итого													
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				
					66,98	325,3	3,1	6,8	66,15				
Итого													
Ужин	закуска	18/26	салат из моркови с яблоком	100	9,71105	67	0,9	3,4	8,4				
			морковь	80	4,4								
			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	67,598	522	21	27	44,2				
			куры	196,5	56,985								
			лук реп.	12,5	0,5								
	гор.блюдо	123/145	морковь	13	0,715								
			круп рисовая	47	6,815								
			масло растительное	10,5	1,8585								
			томатна паста	2,3	0,7245								
			хлеб бел.	40	1,8	93,5	3,5	0,5	24,15				
			хлеб черн.	40	1,8	74,4	2,3	0,3	14,8				
			хлеб ржаной	200/20	1,29	114,8	0,1	0,03	30,1				
			чай с сахаром	0,4	0,34								
			чай	0,4	0,34								
			сахар	10	0,95								
							82,19905	871,7	27,8	31,23	121,65		
Итого													
завтрак 2	кисломолочны й напиток	г.п.	кефир	200	21	100	5,8	5	8				
			ватрушка с творогом	50	10,994112	136	5,8	3,6	19,4				
	сладкое	252/276	мука	25	1,75								
			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								
							407,13	3148,3	95,42	113,21	373,52		
			Итого за весь день										

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 471092413905542759889334510250069883863198699200

Владелец Делявская Наталья Анатольевна

Действителен с 12.01.2026 по 12.01.2027