

Основное организованное меню

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

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет проживающие			Отд./корп				День	Четверг
Принем пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	185/208	каша пшенинная молочная жидкая	250/10.	32,00	351,9	17,3	11	39,9
			крупа пшено	50	3,40				
			молоко	126	13,23				
			Сахар	6	0,57				
			масло сливочное	10	14,80				
	гор.напиток	274/301	какао с молоком	200	20,69	88	3,3	2,5	13,7
			какао порошок	4	0,69				
			молоко	100	10,50				
	хлеб	1/9.	Сахар	10	9,50				
			бутерброд с маслом	70/20.	32,75	313	5,4	17	34
			хлеб	70	3,15				
			масло сливочное	20	29,60				
Итого					85,44	752,9	26	30,5	87,6
Обед	закуска	36/44	Салат картофельный с зеленым горошком	100	9,28	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				
			лук реп.	9	0,36				
	1 блюдо	63/72	суп картофельный с бобовыми и гренками	250	14,08	111,7	2,6	2,5	18,8
			картофель	62,5	2,50				
			лук реп.	12	0,48				
			морковь	16	0,88				
			масло сливочное	5	7,40				
			горох	20	1,10				
			хлеб пшеничный	39	1,72				
	2 блюдо	115/131	рагу овощное с мясом	250	77,66	523	21,4	28,4	23,5
			мука	3	0,21				
			картофель	98	3,92				
			Капуста белокачанная	76	3,42				
			лук реп.	35	1,40				
			морковь	63	3,47				
			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	18,35	101	0,3	0,2	2,5
			яблоко	57	11,17				
			лимон	16	5,28				
			Сахар	20	1,90				
	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
Итого					122,96	1047,6	33,4	37,3	94,55
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	50	19,65	321	0,1	0	79,4
Итого					118,05	447,13	1,4	0,23	112,15
Ужин	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				
			Сахар	2	0,19				
			масло растительное	6	1,062				
	2 блюдо	124/146	фрикадельки из кур	100	49,8	245	12,5	15,7	11,1
			каша рассыпчатая из гречне	200	14,58	214,2	14	8,7	57,9
	гарнир	165/188	крупа гречневая	95	5,7				
			масло сливочное	6	8,88				
			хлеб бел.	40	1,76	93,5	3,5	0,5	24,15
	гор. Напиток	268/295	хлеб пшеничный чай с сахаром	200	1,29	35	0,1	0,03	9,9
			чай	0,4	0,34				
			сахар	10	0,95				
Итого					83,978	741,2	32,1	31,07	115,69
завтрак 2	кисломолочн ый напиток	г.п.	кефир	200	21	100	5,8	5	8
	гор. Напиток	168/295	чай с сахаром	200	1,29	35	0,1	0,03	9,9
			чай	0,4	0,34				
			Сахар	10	0,95				
	сладкое	г.п.	баранка	50	17,15	149	1,99	2,7	26,3
Итого					39,44	284	7,89	7,73	44,2
Итого за весь день					449,87	3272,83	100,79	106,83	454,19

Основное организованное меню

Утверждаю
Целинная ОШИ №15

директор МБОУ
Н.А. Делявская

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 лет прожиточности		Отд./корп	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Прием пищи	Раздел	№ рецеп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор.блюдо	185/208	каша пшеничная молочная	180/5	21,30	249,6	3,84	4,8	19,2		
			жидкая	40	2,72						
			крупа пшено	101	10,61						
			молоко	6	0,57						
			Сахар	5	7,40						
	гор.напиток	274/301	масло сливочное	200	11,80	88	3,3	2,5	13,7		
			какао с молоком	2	0,35						
			какао порошок	100	10,50						
			молоко	10	0,95						
			Сахар	5	24,23	237,6	2,77	5,8	23,2		
	хлеб	1/9	бутерброд с маслом	45	2,03						
			хлеб	15	22,20						
			масло сливочное	50-5-15	24,35						
			Гренки с сыром	15	14,70						
			сыр	5	7,40						
		масло сливочное	5	2,25							
		хлеб	50	81,67	575,2	9,91	13,1	56,1			
Итого											
Обед	закуска	36/44	Салат картофельный с зеленым горошком	100	6,58	95,2	4,32	17,9	15,03		
			лук реп.	7	0,28						
			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 гренками	250	14,12	11,7	2,6	2,5	18,8
					картофель	62,5	2,50				
					лук реп.	12	0,48				
					морковь	16	0,88				
	масло сливочное	5			7,40						
	2 блюдо	115/131	горох	20	1,10						
			хлеб пшеничный	39	1,76						
			рагу овощное с мясом	200	60,79	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	1,12						
			морковь	51	2,04						
			масло растительное	6	1,06						
	напиток	276/303	томатная паста	4,5	1,42						
			масло сливочное	0,7	1,04						
			сахар	0,6	0,06						
			яблочно-лимонный напиток	200	18,35	101	0,3	0,2	25,1		
			яблоко	57	11,17						
			лимон	16	5,28						
			Сахар	20	1,90						
			хлеб бел.	40	1,80	93,5	3,5	0,5	24,15		
			хлеб черн.	40	1,80	74,4	2,3	0,3	14,8		
Итого					103,44	731	25,32	30,4	115,88		
Подник	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	17,277	122,8	1,1	3,9	15,6		
			морковь	48,6	2,673						
			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
					крупа гречневая	86	5,16				
	масло сливочное	5			7,4						
	хлеб бел.	40			1,8	93,5	3,5	0,5	24,15		
	гор. Напиток	268/295	хлеб пшеничный	200	1,29	35	0,1	0,03	9,9		
			чай с сахаром	0,4	0,34						
			чай	10	0,95						
сахар			10	0,95							
Итого					77,747	709	35,3	25,13	102,25		
завтрак 2	г.п.	кисломолочный напиток	200	21	100	5,8	5	8			
		гор напиток	200	1,29	35	0,1	0,03	9,9			
			0,4	0,34							
			10	0,95							
			35	12,005	104,3	1,23	1,2	4,8			
Итого				34,295	239,3	7,13	6,23	22,7			

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

Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 приходящие			Отд./корп				День	Четверг 25.12.2025г		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор.блюдо	185/208	каша пшенная молочная жидкая	150	21,30	249,6	3,84	4,8	19,2		
			крупа пшено	40	2,72						
			молоко	101	10,61						
			Сахар	6	0,57						
			масло сливочное	5	7,40						
	гор.напиток	274/301	какао с молоком	200	11,80	88	3,3	2,5	13,7		
			какао порошок	2	0,35						
			молоко	100	10,50						
			Сахар	10	0,95						
	напиток	г.п.	кефир	200	21,00	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	24,23	237,6	2,77	5,8	23,2			
		хлеб	45	2,03							
		масло сливочное	15	22,20							
Итого				157,52	709,33	16,01	18,33	71,45			
Обед	закуска	36/44	Салат картофельный с зеленым горошком	100	8,00	95,2	4,32	9,2	15,03		
			Яйцо	8	0,96						
			лук реп.	7	0,28						
			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	14,08	11,7	2,6	2,5	18,8		
			картофель	62,5	2,50						
			лук реп.	12	0,48						
			морковь	16	0,88						
			масло сливочное	5	7,40						
			горох	20	1,10						
			хлеб пшеничный	39	1,72						
			2 блюдо	115/131	рагу овощное с мясом	150	61,54	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			1,12						
	морковь	51			2,81						
	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	18,35	101	0,3	0,2	25,1
					яблоко	57	11,17				
					лимон	16	5,28				
					Сахар	20	1,90				
	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		
Итого				105,57	731	25,32	21,7	115,88			
Итого за весь день					263,09	1440,33	41,33	40,03	187,33		

Основное организованное меню

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

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 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 пшенная молочная жидкая	200	24,16	189	7,3	11	44
			крупа пшено	50	3,40				
			молоко	126	13,23				
			Сахар	6	0,57				
			масло сливочное	7	10,36				
	гор.напиток	274/301	какао с молоком	200	12,14	88	3,3	2,5	13,7
			какао порошок	4	0,69				
			молоко	100	10,50				
			Сахар	10	0,95				
	напиток	г.п.	кефир	200	21,00	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					168,30	576,13	20,7	35,43	96,85
Обед	закуска	36/44	Салат картофельный с зеленым горошком	100	9,55	98	3,3	5,4	10,8
			яйцо	10	1,20				
			лук реп.	7	0,28				
			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	14,08	111,7	2,6	2,5	18,8
			картофель	62,5	2,50				
			лук реп.	12	0,48				
			морковь	16	0,88				
			масло сливочное	5	7,40				
			горох	20	1,10				
	2 блюдо	115/131	хлеб пшеничный	39	1,72				
			рагу овощное с мясом	200	77,66	144	4,8	6,2	15,8
			мука	3	0,21				
			картофель	98	3,92				
			Капуста белокачанная	76	3,42				
			лук реп.	35	1,40				
			морковь	63	3,47				
			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	18,35	101	0,3	0,2	2,5
			яблоко	57	11,17				
			лимон	16	5,28				
			Сахар	20	1,90				
	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
Итого					123,24	622,6	16,8	15,1	86,85
Итого за весь день					291,54	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