

Основное организованное меню

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

Школа	МБОУ Целинная ОШ № 15 7-11 лет проживающие			Отд./корп				День	Воскресенье		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход. г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор.блюдо	73/86	Суп молочный с крупой рисовой	250	18,55	224	5,5	5,2	13,25		
			молоко	125	13,13						
			масло сливочное	1,6	2,37						
			сахар	1,6	0,15						
			рис	20	2,90						
	гор.напиток	274/301	какао с молоком	200	11,80	94	2,9	2,8	14,9		
			какао порошок	2	0,35						
			сахар	10	0,95						
	хлеб	2/10	молоко	100	10,50						
			бутерброд с маслом и сыром	40/15/10	36,10	110	6,7	9,6	13,2		
			хлеб	40	1,80						
			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					71,24	491	20,18	22,2	41,63		
Обед	закуска	21/29	салат "Витаминный"	100	11,60	91	1,5	4,6	11		
			Капуста белокачанная	84	3,78						
			морковь	32	1,76						
			яблоко	24	4,70						
			сахар	5	0,48						
			масло растительное	5	0,89						
			1 блюдо	56/68	Свекольник	250	14,67	113,3	2	5,1	14,8
					картофель	53	2,12				
					свекла	82	4,51				
					морковь	12	0,66				
	лук реп.	13			0,52						
	2 блюдо	95/109	масло растительное	5	0,89						
			томатна паста	1,25	0,39						
			сахар	1,6	0,15						
			сметана	10	5,43						
			Печень по-строгановски	80/40	46,99	233	10,1	15,3	3		
			печень	143	38,32						
			масло растительное	10	1,77						
			сметана	10	5,43						
			мука	3	0,21						
			томатна паста	4	1,26						
	гарнир	165/188	каша гречневая рассыпчатая	180	12,56	267,8	12,6	7,8	52,1		
			крупя гречневая	86	5,16						
			масло сливочное	5	7,40						
			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
хлеб черн.			г.п.	хлеб ржаной	40	1,80	74,4	2,3	0,3	14,8	
Итого					102,83	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	14,4	89,3	3,6	10,2	41,6		
Итого					68,88	214,6	4,9	10,5	73,75		
Ужин	закуска	39/47	Салат Студенческий	100	8,767	137	3,8	10,5	6,8		
			картофель	45	1,8						
			морковь	25	1,375						
			гороше консерв.	27	2,862						
			яйцо	8шт	0,96						
			масло растительное	10	1,77						
			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	1,8	93,5	3,5	0,5	24,15		
			чай с сахаром	200	1,29	35	0,1	0,03	9,9		
	гор.напиток	268/295	чай	0,4	0,34						
			чай	0,4	0,34						
			сахар	10	0,95						
	Итого					76,742	713,5	25,8	27,53	76,25	
завтрак 2	кисломолочный напиток	г.п.	Кефир	200	21	100	5,8	5	8		
			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 сдобная	50	10,4989	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	0,4725						
			Итого				32,7889	294	9,8	9,33	43,9
							352,48	2662,1	92,68	103,16	375,38

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

Школа	МБОУ Целинная ОПИ № 15 12-18 лет проживающие			Отд./корп			День	Воскресенье 28.12.2025г.				
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	гор.блюдо	75/89	Суп молочный с крупой рисовой	250	18,55	224	5,5	5,2	13,25			
			молоко	125	13,13							
			масло сливочное	1,6	2,37							
			сахар	1,6	0,15							
			рис	20	2,90							
	гор.напиток	274/301	какао с молоком	200	11,80	94	2,9	2,8	14,9			
			какао порошок	2	0,35							
			сахар	10	0,95							
			молоко	100	10,50							
	хлеб	2/10.	бутерброд с маслом и сыром	40/15/10	31,30	328	6,7	9,6	13,2			
			хлеб	40	1,80	93,5	3,5	1,2	24,15			
			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					66,44	802,5	23,68	23,4	65,78			
Обед	закуска	21/29	салат "Витаминный"	100	53,94	91	1,5	4,6	11			
			Капуста белокачанная	84	3,78							
			морковь	32	1,76							
			яблоко	24	47,04							
			сахар	5	0,48							
			масло растительное	5	0,89							
			1 блюдо	56/68	Свекольник	250	14,67	113,3	2	5,1	14,8	
					картофель	53	2,12					
					свекла	82	4,51					
					морковь	12	0,66					
	лук реп.	13			0,52							
	масло растительное	5			0,89							
	томатна паста	1,25			0,39							
	сахар	1,6			0,15							
	2 блюдо	95/109	сметана	10	5,43							
			Печень по-строгановски	120/50.	67,07	109	23,5	19,8	3,4			
			печень	214	57,35							
			масло растительное	15	2,66							
			сметана	12,5	6,79							
			мука	4	0,28							
			соус	50	1,26							
			томатна паста	4	1,26							
	гарнир	165/188	каша гречневая рассыпчатая	200	14,58	214,2	14	8,7	57,9			
			крупa гречневая	95	5,70							
			масло сливочное	6	8,88							
	напиток	291/318	кисель плодово - ягодный	200	13,40	76	0	0	20			
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	50	2,25	245	7	1,2	50,8			
	хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	40	1,80	74,4	2,3	0,3	14,8			
	Итого				167,71	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	14,4	166,3	2,9	3,8	166,8		
		Итого				68,88	291,6	4,2	4,1	198,95		
Ужин	закуска	39/47	Салат Студенческий	100	8,767	137	3,8	10,5	6,8			
			картофель	45	1,8							
			морковь	25	1,375							
			гороше 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			
			Каша рисовая рассыпчатая	180	16,68	241	4,4	4,3	25,3			
			рис	64	9,28							
	гарнир	131/153	масло сливочное	5	7,4							
			хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,8	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				78,337	713,5	25,8	27,53	76,25	
завтрак 2	кисломолочный напиток	г.п.	кефир	200	21	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 сдобная	50	10,4989	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	0,4725							
			Итого				32,7889	259	9,8	9,3	43,9	
			Итого за весь день					414,16	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