

Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШ № 15 7-11 лет проживающие			Отд./корп								
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	30,9			
			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	5,15		3,5	3,4	19,6			
			какао порошок	2	0,35							
			молоко сгущенное	38	6,08							
	хлеб	4/12.	яйцо вареное	40	4,80							
			бублик с повидлом	40-50-10	30,20	222	2,4	7,5	36,9			
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.	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	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 черн.	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							
			гор.блюдо	123/145	плов с мясом птицы	170	56,4855	443,7	12,1	9,2	36,8	
					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							
	томатная паста	2			0,63							
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,8	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	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			
	сладкое	252/276	ватрушка с творогом	50	13,13515	136	5,8	3,6	19,4			
			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	341,56			



Основное организованное меню



Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 1-4 классы7-11 приходящие			Отд./корп					Среда 15.01.2026г	
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				
			крупа манная	28	1,96					
			молоко	158	16,59					
			Сахар	5	0,48					
	гор.напиток	275/302	масло сливочное	5	7,40					
			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					
	гарнир	131/153	мука	1,25	0,09					
			картофельное пюре	150	16,35	140	1,8	1,2	0,81	
			картофель	161,5	6,46					
			масло сливочное	5	7,40					
	напиток	291/318	молоко кипяченое	23,75	2,49					
			кисель плодово - ягодный	200	13,40	76	0	0	20	
			хлеб бел.	40	1,80	93,5	3,5	0,5	24,15	
			хлеб черн.	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

Основное организованное меню



МБОУ Целинная ОШИ № 15									
Школа	12-18 лет приходящие			Отд./корп					
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	182/205	каша манная молочная жидкая	29	36,76	210	10,2	12,8	42,3
			крупа манная	39	2,73				
			молоко	220	23,10				
			Сахар	6	0,57				
			масло сливочное	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
Итого за весь день					287,95	1518,9	58,26	67,65	217,315

Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет проживающие			Отд./корп							
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор.блюдо	182/205	каша манная молочная жидкая	250	36,76	325	10,2	12,6	42,3		
			крупа манная	39	2,73						
			молоко	220	23,10						
			Сахар	6	0,57						
			масло сливочное	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						
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							
Итого				63,72	794	17,8	28,8	117,5			
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						
	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"	100	65,86	259,2	3	14,5	2,16		
			морковь	4	0,22						
			минтай	246	65,44						
			лук реп.	5	0,20						
			картофельное пюре	180	19,61	168	3,7	6,3	23,4		
	гарнир	131/153	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						
Итого				162,24	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 яблока	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						
	гор.блюдо	123/145	плов с мясом птицы	200	67,598	522	21	27	44,2		
			куры	196,5	56,985						
			лук реп.	12,5	0,5						
			морковь	13	0,715						
			крупа рисовая	47	6,815						
			масло растительное	10,5	1,8585						
			томатна паста	2,3	0,7245						
			хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,8	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				82,19905	871,7	27,8	31,23	121,65			
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						
Итого за весь день				407,13	3148,3	95,42	113,21	373,52			



**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 471092413905542759889334510250069883863198699200

Владелец Делявская Наталья Анатольевна

Действителен с 12.01.2026 по 12.01.2027