Основное организованное меню

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

Школа	МБОУ Целинная ООШ № 15 7-11 лет проживающие			Отд./корп					День 2 Воскресенье 18.01.2026г.
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки г	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				
			молоко	100	10,50				
	хлеб	2/10.	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				
			сыр	15	14,70				
	закуска	г.п.	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				
			масло растительное	5	0,89				
			томатна паста	1,25	0,39				
			сахар	1,6	0,15				
			сметана	10	5,43				
	2 блюдо	95/109	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
			крупа 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	0,5	24,15
	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				
			горошe консерв.	27	2,862				
			яйцо	8шт	0,96				
			масло растительное	10	1,77				
	2 блюдо	104/118	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				
			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					76,742	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	294	9,8	9,33	43,9
Итого за весь день					352,48	2662,1	92,68	103,16	375,38

Основное организованное меню

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

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет проживающие			Отд./корп				День	Воскресенье 18.01.2026
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				
			сыр	15	14,70				
	закуска	г.п.	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				
			сметана	10	5,43				
	2 блюдо	95/109	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
			крупа 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				
			масло растительное	10	1,77				
	2 блюдо	104/118	фрикадельки из кур	100	49,8	207	14	12,2	10,1
	гарнир	131/153	Каша рисовая рассыпчатая	180	16,68	241	4,4	4,3	25,3
			рис	64	9,28				
			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