

Основное организованное меню



Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 1-4 классы 7-11 приходящие			Отд./корп			Среда 21.01.2026г			
	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	

Основное организованное меню



МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет приходящие											
Школа				Отд./корп				Среда			
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						
	гор.напиток	275/302	масло сливочное	7	10,36						
			какао на сгущенном молоке	200	6,43	120	3,5	3,4	19,6		
			какао порошок	2	0,35						
	напиток	г.п.	молоко сгущенное	38	6,08						
			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						
	2 блюдо	77/91	сметана	10	5,14						
			рыба припущенная "Минтай"	100	65,86	259,2	3	14,5	2,16		
			морковь	4	0,22						
			минтай	246	65,44						
	гарнир	131/153	лук реп.	5	0,20						
			картофельное пюре	180	19,61	168	3,7	6,3	23,4		
			картофель	193,5	7,74						
	напиток	291/318	масло сливочное	6	8,88						
			молоко кипяченое	28,5	2,99						
			кисель плодово - ягодный	200	13,40	76	0	0	20		
			хлеб бел. г.п.	40	1,80	93,5	3,5	0,5	24,15		
			хлеб черн. г.п.	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		

Утверждено: _____
 МБОУ Целиной ОШИ №15 Н.А.
 Делявская

Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целиная ОШИ № 15 12-18 лет проживающие			Отд./корп	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	Среда 21.01.2026г.		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г								
Завтрак	гор.блюдо	182/205	наша манная молочная жидкая	250	36,76	325	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							
	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							
	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.	40	1,76	93,5	3,5	0,5	24,15		
			хлеб бел.	г.п.	40	1,80	74,4	2,3	0,3	14,8		
			хлеб черн.	г.п.	40	1,98	49,2	3,76	3,48	0,76		
			соус	227/250	соус белый основной	20	1,25	0,09				
				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.	200	19,2	92	1	0	25,4		
			сладкое	г.п.	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 бел.	г.п.	40	1,8	74,4	2,3	0,3	14,8		
	гор напиток	268/295	хлеб ржаной	40	1,98	114,8	0,1	0,03	30,1			
			чай с сахаром	200/20	1,29							
			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 сладкое	252/276	нефир	200	21	100	5,8	5	8			
			ватрушка с творогом	50	10,994112	136	5,8	3,6	19,4			
			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	3188,3	95,42	113,21	373,52

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 21.01.2026г		
Принем пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	гор.блюдо	182/205	кваш 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 сгущенном молоке	200	5,15		3,5	3,4	19,6			
			какао порошок	2	0,35							
			молоко сгущенное	38	6,08							
	хлеб	4/12.	г.п.	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							
			рассольник									
	1 блюдо	56/69	Ленинградский	картофель	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"	минтай	90	52,65	224	18,2	10,2	2		
				морковь	196	52,14						
				лук реп.	5	0,28						
	соус	227/250	соус белый основной	лук реп.	6	0,24						
				соус белый основной	20	1,98	49,2	3,76	3,48	0,76		
				лук реп.	1	0,04						
	гарнир	131/153	картофельное пюре	масло сливочное	1,25	1,85						
				мука	1,25	0,09						
				картофель	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	г.п.	кисель плодово - ягодный	200	13,40	76	0	0	20			
			хлеб пшеничный	40	1,80	93,5	3,5	0,5	24,15			
			хлеб черн.	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	200	19,2	92	1	0	25,4			
			сладкое	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	куры	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						
				томатна паста	2	0,63						
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	хлеб пшеничный	40	1,8	93,5	3,5	0,5	24,15		
				хлеб черн.	40	1,8	74,4	2,3	0,3	14,8		
	гор напиток	268/295	чай с сахаром	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	г.п.	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			

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 471092413905542759889334510250069883863198699200

Владелец Делявская Наталья Анатольевна

Действителен с 12.01.2026 по 12.01.2027