

Основное организованное меню

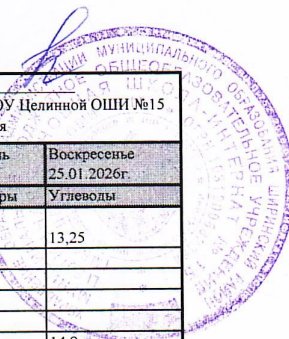
Утверждаю
директор МБОУ Целинной ОШИ №15
Н.А. Делявская



Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15		Отд./корп				День	Воскресенье			
Принем пищи	Раздел	№ рецеп.	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						
	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						
	2 блюдо	95/109	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						
	гарнир	165/188	сметана	10	5,43						
			мука	3	0,21						
томатна паста			4	1,26							
каша гречневая рассыпчатая			180	12,56	267,8	12,6	7,8	52,1			
напиток	291/318	кисель плодово - ягодный	200	13,40	76	0	0	20			
		крупя гречневая	86	5,16							
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						
			гороше консерв.	27	2,862						
	2 блюдо	104/118	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
	хлеб бел.	г.п.	рис	53	7,685						
			масло сливочное	5	7,4						
			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 слобная	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	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 25.01.2026г.	
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					
	хлеб	2/10	молоко	100	10,50					
			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					
	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					
	гарнир	165/188	мука	4	0,28					
			соус	50	1,26					
			томатна паста	4	1,26					
	хлеб	г.п.	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 пшеничный	50	2,25	245	7	1,2	50,8		
		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	г.п.	фрукт свежий (яблоко)	180	35,28	33,3	0,3	0,3	6,75		
		сок фруктовый	200	19,2	92	1	0	25,4		
		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	180	16,68	241	4,4	4,3	25,3
	хлеб бел.	г.п.	рис	64	9,28					
			масло сливочное	5	7,4					
			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	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	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