

Основное организованное меню

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

| Школа | МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 лет прожизивающие | | | Отд./корп | | | | День | Воскресенье 01.02.2026г. | | | |
|--------------------|--|----------------------------|-------------------------------|--------------------------|----------------------------|----------------------|---------|--------|-----------------------------|--------|------|-----|
| Привем пищи | Раздел | № реп. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы | | | |
| Завтрак | гор блюдо | 73/86 | Суп молочный с крупой рисовой | 250 | 16,64 | 224 | 5,5 | 5,2 | 13,25 | | | |
| | | | молоко | 125 | 12,50 | | | | | | | |
| | | | масло сливочное | 1,6 | 2,20 | | | | | | | |
| | | | сахар | 1,6 | 0,14 | | | | | | | |
| | | | рис | 20 | 1,80 | | | | | | | |
| | гор напиток | 274/301 | какао с молоком | 200 | 11,14 | 94 | 2,9 | 2,8 | 14,9 | | | |
| | | | какао порошок | 2 | 0,29 | | | | | | | |
| | | | сахар | 10 | 0,85 | | | | | | | |
| | | | молоко | 100 | 10,00 | | | | | | | |
| | | | хлеб | 2/10 | бутерброд с маслом и сыром | 40/15/10 | 35,70 | 110 | 6,7 | 9,6 | 13,2 | |
| Итого | закуска | г.п. | хлеб | 40 | 1,80 | | | | | | | |
| | | | масло сливочное | 10 | 14,80 | | | | | | | |
| | | | сыр | 15 | 14,70 | | | | | | | |
| | | | яйцо | 40/1шт | 4,40 | 63 | 5,08 | 4,6 | 0,28 | | | |
| | | | | | | 67,88 | 491 | 20,18 | 22,2 | 41,63 | | |
| | | | Обед | закуска | 21/29 | салат "Витаминный" | 100 | 9,82 | 91 | 1,5 | 4,6 | 11 |
| | | | | | | Капуста белокачанная | 84 | 2,94 | | | | |
| | | | | | | морковь | 32 | 1,25 | | | | |
| | | | | | | яблоко | 24 | 4,37 | | | | |
| | | | | | | сахар | 5 | 0,43 | | | | |
| 1 блюдо | 56/68 | масло растительное | | 5 | 0,84 | | | | | | | |
| | | Свекльник | | 250 | 10,96 | 113,3 | 2 | 5,1 | 14,8 | | | |
| | | картофель | | 53 | 2,12 | | | | | | | |
| | | свекла | | 82 | 3,12 | | | | | | | |
| | | морковь | | 12 | 0,47 | | | | | | | |
| 2 блюдо | 95/109 | лук реп. | 13 | 0,46 | | | | | | | | |
| | | масло растительное | 5 | 0,84 | | | | | | | | |
| | | томатна паста | 1,25 | 0,36 | | | | | | | | |
| | | сахар | 1,6 | 0,14 | | | | | | | | |
| | | сметана | 10 | 3,48 | | | | | | | | |
| | | Печень по-строгановски | 80/40 | 44,74 | 233 | 10,1 | 15,3 | 3 | | | | |
| | | печень | 143 | 38,32 | | | | | | | | |
| | | масло растительное | 10 | 1,67 | | | | | | | | |
| | | сметана | 10 | 3,48 | | | | | | | | |
| | | мука | 3 | 0,12 | | | | | | | | |
| гарнир | 165/188 | томатна паста | 4 | 1,14 | | | | | | | | |
| | | каша гречневая рассыпчатая | 180 | 10,80 | 267,8 | 12,6 | 7,8 | 52,1 | | | | |
| | | крупя гречневая | 86 | 3,91 | | | | | | | | |
| | | масло сливочное | 5 | 6,89 | | | | | | | | |
| | | напиток | 291/318 | кисель плодово - ягодный | 200 | 11,80 | 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 | | |
| | | | | | | 91,72 | 949 | 32 | 33,6 | 139,85 | | |
| | | Полдник | фрукты | г.п. | фрукт свежий (яблоко) | 180 | 32,76 | 33,3 | 0,3 | 0,3 | 6,75 | |
| | | | | | сок фруктовый | 200 | 16,9 | 92 | 1 | 0 | 25,4 | |
| сладкое | г.п. | | | | Печенье | 40 | 10,54 | 89,3 | 3,6 | 10,2 | 41,6 | |
| Итого | | | | | 60,2 | 214,6 | 4,9 | 10,5 | 73,75 | | | |
| | | | Ужин | закуска | 39/47 | Салат Студенческий | 100 | 6,918 | 137 | 3,8 | 10,5 | 6,8 |
| | | | | | | картофель | 45 | 1,8 | | | | |
| морковь | 25 | 0,975 | | | | | | | | | | |
| гороше консерв. | 27 | 1,593 | | | | | | | | | | |
| яйцо | 8шт | 0,88 | | | | | | | | | | |
| 2 блюдо | 104/118 | масло растительное | | 10 | 1,67 | | | | | | | |
| | | фрикадельки из кур | | 100 | 49,8 | 207 | 14 | 12,2 | 10,1 | | | |
| | | гарнир | | 131/153 | Каша рисовая рассыпчатая | 180 | 11,66 | 241 | 4,4 | 4,3 | 25,3 | |
| | | рис | | 53 | 4,77 | | | | | | | |
| | | масло сливочное | | 5 | 6,89 | | | | | | | |
| гор напиток | 268/295 | хлеб бел. | г.п. | хлеб пшеничный | 40 | 1,8 | 93,5 | 3,5 | 0,5 | 24,15 | | |
| | | чай с сахаром | 200 | 1,308 | 35 | 0,1 | 0,03 | 9,9 | | | | |
| | | чай | 0,4 | 0,358 | | | | | | | | |
| | | сахар | 10 | 0,95 | | | | | | | | |
| | | | | | 71,486 | 713,5 | 25,8 | 27,53 | 76,25 | | | |
| завтрак 2 | кисломолочный напиток | г.п. | Кефир | 200 | 23,6 | 100 | 5,8 | 5 | 8 | | | |
| | | | гор напиток | 268/295 | чай с сахаром | 200 | 1,208 | 35 | 0,1 | 0,03 | 9,9 | |
| | | | чай | 0,4 | 0,358 | | | | | | | |
| | | | сахар | 10 | 0,85 | | | | | | | |
| | | | сладкое | 260/285 | Булочка сдобная | 50 | 9,05135 | 159 | 3,9 | 4,3 | 26 | |
| | | | | мука | 30 | 1,245 | | | | | | |
| | | | | дрожжи | 0,4 | 0,132 | | | | | | |
| | | | | соль | 0,3 | 0,01335 | | | | | | |
| | | | | сахар | 8 | 0,68 | | | | | | |
| | | | | масло сливочное | 4,5 | 6,201 | | | | | | |
| Итого | | | яйцо | 3шт | 0,33 | | | | | | | |
| | | | молоко | 4,5 | 0,45 | | | | | | | |
| | | | | | | 33,85935 | 294 | 9,8 | 9,33 | 43,9 | | |
| Итого за весь день | | | | | 325,14 | 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 01.02.2026г. |
|---------------------------|---|--------------------------|-------------------------------|-----------------|--------------------------|---------------|---------------|---------------|-----------------------------|
| Принем пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| Завтрак | гор блюдо | 75/89 | Суп молочный с крупой рисовой | 250 | 16,64 | 224 | 5,5 | 5,2 | 13,25 |
| | | | молоко | 125 | 12,50 | | | | |
| | | | масло сливочное | 1,6 | 2,20 | | | | |
| | | | сахар | 1,6 | 0,14 | | | | |
| | | | рис | 20 | 1,80 | | | | |
| | гор напиток | 274/301 | какао с молоком | 200 | 11,14 | 94 | 2,9 | 2,8 | 14,9 |
| | | | какао порошок | 2 | 0,29 | | | | |
| | | | сахар | 10 | 0,85 | | | | |
| | хлеб | 2/10. | бутерброд с маслом и сыром | 40/15/10 | 30,28 | 328 | 6,7 | 9,6 | 13,2 |
| | | | хлеб | 40 | 1,80 | 93,5 | 3,5 | 1,2 | 24,15 |
| | | | масло сливочное | 10 | 13,78 | | | | |
| | закуска | г.п. | сыр | 15 | 14,70 | | | | |
| яйцо | | | 40/1шт | 4,40 | 63 | 5,08 | 4,6 | 0,28 | |
| Итого | | | | 62,46 | 802,5 | 23,68 | 23,4 | 65,78 | |
| Обед | закуска | 21/29 | салат "Витаминный" | 100 | 49,13 | 91 | 1,5 | 4,6 | 11 |
| | | | Капуста белокачанная | 84 | 2,94 | | | | |
| | | | морковь | 32 | 1,25 | | | | |
| | | | яблоко | 24 | 43,68 | | | | |
| | | | сахар | 5 | 0,43 | | | | |
| | | | масло растительное | 5 | 0,84 | | | | |
| | 1 блюдо | 56/68 | Свекольник | 250 | 10,96 | 113,3 | 2 | 5,1 | 14,8 |
| | | | картофель | 53 | 2,12 | | | | |
| | | | свекла | 82 | 3,12 | | | | |
| | | | морковь | 12 | 0,47 | | | | |
| | | | лук реп. | 13 | 0,46 | | | | |
| | | | масло растительное | 5 | 0,84 | | | | |
| | | | томатна паста | 1,25 | 0,36 | | | | |
| | | | сахар | 1,6 | 0,14 | | | | |
| | 2 блюдо | 95/109 | Печень по-строгановски | 120/50. | 64,37 | 109 | 23,5 | 19,8 | 3,4 |
| | | | печень | 214 | 57,35 | | | | |
| | | | масло растительное | 15 | 2,51 | | | | |
| | | | сметана | 12,5 | 4,34 | | | | |
| | | | мука | 4 | 0,17 | | | | |
| | | | соус | 50 | 1,14 | | | | |
| | гарнир | 165/188 | каша гречневая рассыпчатая | 200 | 53,77 | 214,2 | 14 | 8,7 | 57,9 |
| | | | крупя гречневая | 95 | 45,50 | | | | |
| | | | масло сливочное | 6 | 8,27 | | | | |
| напиток | 291/318 | кисель плодово - ягодный | 200 | 11,80 | 76 | 0 | 0 | 20 | |
| | | хлеб бел. | г.п. | хлеб пшеничный | 50 | 2,25 | 245 | 7 | 1,2 |
| хлеб черн. | г.п. | хлеб ржаной | 40 | 1,80 | 74,4 | 2,3 | 0,3 | 14,8 | |
| Итого | | | | 194,08 | 922,9 | 50,3 | 39,7 | 172,7 | |
| Полдник | фрукты | г.п. | фрукт свежий (яблоко) | 180 | 32,76 | 33,3 | 0,3 | 0,3 | 6,75 |
| | напиток | г.п. | сок фруктовый | 200 | 16,9 | 92 | 1 | 0 | 25,4 |
| | сладкое | г.п. | Печенье | 40 | 10,54 | 166,3 | 2,9 | 3,8 | 166,8 |
| Итого | | | | 60,2 | 291,6 | 4,2 | 4,1 | 198,95 | |
| Ужин | закуска | 39/47 | Салат Студенческий | 100 | 6,918 | 137 | 3,8 | 10,5 | 6,8 |
| | | | картофель | 45 | 1,8 | | | | |
| | | | морковь | 25 | 0,975 | | | | |
| | | | гороше консерв. | 27 | 1,593 | | | | |
| | | | яйцо | 8шт | 0,88 | | | | |
| | 2 блюдо | 104/118 | масло растительное | 10 | 1,67 | | | | |
| | | | фрикадельки из кур | 100 | 45,5 | 207 | 14 | 12,2 | 10,1 |
| | | | гарнир | 131/153 | Каша рисовая рассыпчатая | 180 | 12,65 | 241 | 4,4 |
| | хлеб бел. | г.п. | рис | 64 | 5,76 | | | | |
| | | | масло сливочное | 5 | 6,89 | | | | |
| | | | хлеб бел. | г.п. | хлеб пшеничный | 40 | 1,8 | 93,5 | 3,5 |
| | гор.напиток | 268/295 | чай с сахаром | 200 | 1,208 | 35 | 0,1 | 0,03 | 9,9 |
| | | | чай | 0,4 | 0,358 | | | | |
| сахар | | | 10 | 0,85 | | | | | |
| Итого | | | | 68,076 | 713,5 | 25,8 | 27,53 | 76,25 | |
| завтрак 2 | кисломолочный напиток | г.п. | кефир | 200 | 23,6 | 100 | 5,8 | 5 | 8 |
| | | | гор.напиток | 268/295 | чай с сахаром | 200 | 1,208 | 35 | 0,1 |
| | сладкое | ,260/285 | чай | 0,4 | 0,358 | | | | |
| | | | сахар | 10 | 0,85 | | | | |
| | | | Булочка сдобная | 50 | 9,05135 | 159 | 3,9 | 4,3 | 26 |
| | | | мука | 30 | 1,245 | | | | |
| | | | дрожжи | 0,4 | 0,132 | | | | |
| | | | соль | 0,3 | 0,01335 | | | | |
| | | | сахар | 8 | 0,68 | | | | |
| | | | масло сливочное | 4,5 | 6,201 | | | | |
| яйцо | 3шт | 0,33 | | | | | | | |
| молоко | 4,5 | 0,45 | | | | | | | |
| Итого | | | | 33,85935 | 259 | 9,8 | 9,3 | 43,9 | |
| Итого за весь день | | | | 418,67 | 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