

### Основное организованное меню

Утверждено  
директор МБОУ Целинной ОШ №15  
Н.А. Дельвская

| Школа                     | МБОУ Целинная ОШ № 15<br>7-11 лет проживающие |          |                               | Отд./корп     |               |              | День          | Воскресенье   |               |
|---------------------------|---|----------|-------------------------------|---------------|---------------|--------------|---------------|---------------|---------------|
| Принем пищи               | Раздел  | № рец.   | 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          |              |               |               |               |
|                           | хлеб  | 2/10.    | молоко                        | 100           | 10,00         |              |               |               |               |
|                           |   |          | бутерброд с маслом и сыром    | 40/15/10      | 35,70         | 110          | 6,7           | 9,6           | 13,2          |
|                           |   |          | хлеб                          | 40            | 1,80          |              |               |               |               |
|                           |   |          | масло сливочное               | 10            | 14,80         |              |               |               |               |
| закуска                   | г.п.  | сыр      | 15                            | 14,70         |               |              |               |               |               |
|                           |   | яйцо     | 40/1шт                        | 4,40          | 63            | 5,08         | 4,6           | 0,28          |               |
| <b>Итого</b>              |   |          |                               | <b>67,88</b>  | <b>491</b>    | <b>20,18</b> | <b>22,2</b>   | <b>41,63</b>  |               |
| 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          |              |               |               |               |
|                           |   |          | масло растительное            | 5             | 0,84          |              |               |               |               |
|                           |   |          | 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                          |               |               |              |               |               |               |
|                           | сметана                                       | 10       | 3,48                          |               |               |              |               |               |               |
|                           | 2 блюдо                                       | 95/109   | Печень по-строгановски        | 80/40         | 44,74         | 233          | 10,1          | 15,3          | 3             |
|                           |   |          | печень                        | 143           | 38,32         |              |               |               |               |
|                           |   |          | масло растительное            | 10            | 1,67          |              |               |               |               |
|                           | гарнир  | 165/188  | сметана                       | 10            | 3,48          |              |               |               |               |
|                           |   |          | мука                          | 3             | 0,12          |              |               |               |               |
|                           |   |          | томатна паста                 | 4             | 1,14          |              |               |               |               |
|                           |   |          | каша гречневая рассыпчатая    | 180           | 10,80         | 267,8        | 12,6          | 7,8           | 52,1          |
|                           | напиток                                       | 291/318  | крупя гречневая               | 86            | 3,91          |              |               |               |               |
| масло сливочное           |   |          | 5                             | 6,89          |               |              |               |               |               |
| кисель плодово - ягодный  |   |          | 200                           | 11,80         | 76            | 0            | 0             | 20            |               |
| хлеб бел. г.п.            |   |          | 40                            | 1,80          | 93,5          | 3,5          | 0,5           | 24,15         |               |
| хлеб ржаной г.п.          |   |          | 40                            | 1,80          | 74,4          | 2,3          | 0,3           | 14,8          |               |
| Итого                     |   |          |                               |               | <b>91,72</b>  | <b>949</b>   | <b>32</b>     | <b>33,6</b>   | <b>139,85</b> |
| Полдник                   |   |          | г.п.                          | фрукты        | 180           | 32,76        | 33,3          | 0,3           | 0,3           |
|                           | напиток                                       | 200      |                               | 16,9          | 92            | 1            | 0             | 25,4          |               |
|                           | сладкое                                       | 40       |                               | 10,54         | 89,3          | 3,6          | 10,2          | 41,6          |               |
| <b>Итого</b>              |   |          | <b>60,2</b>                   | <b>214,6</b>  | <b>4,9</b>    | <b>10,5</b>  | <b>73,75</b>  |               |               |
| 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          |              |               |               |               |
|                           | хлеб бел. г.п.                                | 40       | 1,8                           | 93,5          | 3,5           | 0,5          | 24,15         |               |               |
|                           | гор.напиток                                   | 268/295  | чай с сахаром                 | 200           | 1,308         | 35           | 0,1           | 0,03          | 9,9           |
|                           |   |          | чай                           | 0,4           | 0,358         |              |               |               |               |
| сахар                     |   |          | 10                            | 0,95          |               |              |               |               |               |
| <b>Итого</b>              |   |          | <b>71,486</b>                 | <b>713,5</b>  | <b>25,8</b>   | <b>27,53</b> | <b>76,25</b>  |               |               |
| завтрак 2                 | кисломолочный напиток                         | г.п.     | Кефир                         | 200           | 23,6          | 100          | 5,8           | 5             | 8             |
|                           |   |          | гор.напиток                   | 200           | 1,208         | 35           | 0,1           | 0,03          | 9,9           |
|                           | 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     |                               |               |               |              |               |               |               |
| <b>Итого</b>              |   |          | <b>33,85935</b>               | <b>294</b>    | <b>9,8</b>    | <b>9,33</b>  | <b>43,9</b>   |               |               |
| <b>Итого за весь день</b> |   |          |                               | <b>325,14</b> | <b>2662,1</b> | <b>92,68</b> | <b>103,16</b> | <b>375,38</b> |               |

## Основное организованное меню

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

| Школа                     | МБОУ Целинная ОШ № 15<br>12-18 лет проживающие |                            |                               | Отд./корп      |                          |               | День          | Воскресенье   |               |      |       |
|---------------------------|--|----------------------------|-------------------------------|----------------|--------------------------|---------------|---------------|---------------|---------------|------|-------|
| Прием 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           | 5,54          | 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                      |  |                            | 40/1 шт                       | 4,40           | 63                       | 5,08          | 4,6           | 0,28          |               |      |       |
| <b>Итого</b>              |  |                            |                               |                | <b>62,46</b>             | <b>802,5</b>  | <b>23,68</b>  | <b>23,4</b>   | <b>63,78</b>  |      |       |
| 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                     | сметана                       | 10             | 3,48                     |               |               |               |               |      |       |
|                           |  |                            | 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                     |               |               |               |               |      |       |
| 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           |                          |               |               |               |               |      |       |
|                           |  | соус                       | 50                            | 1,14           |                          |               |               |               |               |      |       |
| 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           | 50,8 |       |
| хлеб черн.                | г.п.   | хлеб ржаной                | 40                            | 1,80           | 74,4                     | 2,3           | 0,3           | 14,8          |               |      |       |
|                           |  |                            |                               |                |                          |               |               |               |               |      |       |
| <b>Итого</b>              |  |                            |                               |                | <b>194,08</b>            | <b>922,9</b>  | <b>50,3</b>   | <b>39,7</b>   | <b>172,7</b>  |      |       |
| 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         | 166,3         | 2,9           | 3,8  | 166,8 |
| <b>Итого</b>              |  |                            |                               |                | <b>60,2</b>              | <b>291,6</b>  | <b>4,2</b>    | <b>4,1</b>    | <b>198,95</b> |      |       |
| 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           | 4,3  | 25,3  |
|                           | 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           | 0,5  | 24,15 |
|                           |  |                            | гор.напиток                   | 268/295        | чай с сахаром            | 200           | 1,208         | 35            | 0,1           | 0,03 | 9,9   |
| гор.напиток               | 268/295  | чай                        | 0,4                           | 0,358          |                          |               |               |               |               |      |       |
|                           |  | сахар                      | 10                            | 0,85           |                          |               |               |               |               |      |       |
|                           |  |                            |                               |                |                          |               |               |               |               |      |       |
| <b>Итого</b>              |  |                            |                               |                | <b>68,076</b>            | <b>713,5</b>  | <b>25,8</b>   | <b>27,53</b>  | <b>76,25</b>  |      |       |
| 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   |
|                           | 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                       |                               |                |                          |               |               |               |               |      |       |
| <b>Итого</b>              |  |                            |                               |                | <b>33,85935</b>          | <b>259</b>    | <b>9,8</b>    | <b>9,3</b>    | <b>43,9</b>   |      |       |
| <b>Итого за весь день</b> |  |                            |                               |                | <b>418,67</b>            | <b>2989,5</b> | <b>113,78</b> | <b>104,03</b> | <b>557,58</b> |      |       |

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 471092413905542759889334510250069883863198699200

Владелец Делявская Наталья Анатольевна

Действителен с 12.01.2026 по 12.01.2027