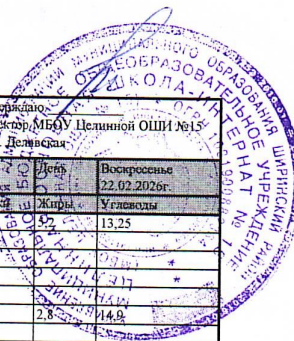


Основное организованное меню

Утверждено
директор МБОУ Целинной ОШИ №15
Н.В. Демиская



Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 лет проживания			Отд./корп.				Понедельник	Среда	Воскресенье 22.02.2026г.	
Принем пищи	Раздел	№ реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор.блюдо	73/86	Суп молочный с крупой рисовой	250	16,90	224	5,38	0,42	13,25		
			молоко	125	12,75						
			масло сливочное	1,6	2,20						
				сахар	1,6	0,15					
				рис	20	1,80					
	гор.напиток	274/301		какао с молоком	200	11,42	94	2,9	2,8	14,9	
				какао порошок	2	0,30					
				сахар	10	0,92					
				молоко	100	10,20					
	хлеб	2/10.		бутерброд с маслом и сыром	40/15/10	31,60	110	6,7	9,6	13,2	
				хлеб	40	1,72					
				масло сливочное	10	13,78					
				сыр	15	11,70					
закуска	г.п.		яйцо	40/1штг	4,40	63	5,08	4,6	0,28		
Итого					64,32	491	20,18	22,2	41,63		
Обед	закуска	21/29	салат "Витаминный"	100	10,34	91	1,5	4,6	11		
			Капуста белокачанная	84	3,36						
			морковь	32	1,25						
				яблоко	24	4,44					
				сахар	5	0,46					
				масло растительное	5	0,84					
	1 блюдо	56/68		Свекольник	250	11,27	113,3	2	5,1	14,8	
				картофель	53	2,39					
				свекла	82	3,12					
				морковь	12	0,47					
				лук реп.	13	0,48					
				масло растительное	5	0,84					
				томатна паста	1,25	0,36					
				сахар	1,6	0,15					
				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	1,68					
				сметана	10	3,48					
				мука	3	0,12					
				томатна паста	4	1,14					
	гарнир	165/188		каша гречневая рассыпчатая	180	11,36	267,8	12,6	7,8	52,1	
				крупя гречневая	86	4,47					
			масло сливочное	5	6,89						
напиток	291/318		кисель плодово - ягодный	200	13,00	76	0	0	20		
			хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,72	93,5	3,5	0,5	24,15
хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	40	1,76	74,4	2,3	0,3	14,8			
Итого					94,19	949	32	33,6	139,85		
Подлинк	фрукты	г.п.	фрукт свежий (яблоко)	180	33,3	33,3	0,3	0,3	6,75		
			напиток	г.п.	сок фруктовый	200	17,55	92	1	0	25,4
			сладкое	г.п.	Печенье	40	10,8	89,3	3,6	10,2	41,6
Итого					61,65	214,6	4,9	10,5	73,75		
Ужин	закуска	39/47	Салат Студенческий	100	7,202	137	3,8	10,5	6,8		
			картофель	45	2,025						
			морковь	25	0,975						
				горошек консерв.	27	1,647					
				яйцо	8штг	0,88					
				масло растительное	10	1,675					
	2 блюдо	104/118		фрикадельки из кур	100	49,8	207	14	12,2	10,1	
				гарнир	131/153	Капа рисовая рассыпчатая	180	11,66	241	4,4	4,3
				рис	53	4,77					
				масло сливочное	5	6,89					
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,72	93,5	3,5	0,5	24,15		
	гор.напиток	268/295		чай с сахаром	200	1,2014	35	0,1	0,03	9,9	
				чай	0,4	0,2864					
сахар				10	0,915						
Итого					71,5834	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	1,2014	35	0,1	0,03	9,9
				чай	0,4	0,2864					
				сахар	10	0,915					
	сладкое	260/285		Булочка слобная	50	9,06035	159	3,9	4,3	26	
				мука	30	1,245					
				дрожжи	0,4	0,08					
				соль	0,3	0,01335					
				сахар	8	0,732					
				масло сливочное	4,5	6,201					
				яйцо	3штг	0,33					
			молоко	4,5	0,459						
Итого					33,86175	294	9,8	9,33	43,9		
Итого за весь день					325,60	2662,1	92,68	103,16	375,38		

Основное организованное меню



Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет проживающие			Отд./корп				День	Воскресенье
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак	гор.блюдо	75/89	Суп молочный с крупой рисовой	250	16,90	224	5,5		13,25
			молоко	125	12,75				
			масло сливочное	1,6	2,20				
			сахар	1,6	0,15				
			рис	20	1,80				
	гор.напиток	274/301	какао с молоком	200	11,42	94	2,9	2,8	14,9
			какао порошок	2	0,30				
			сахар	10	0,92				
	хлеб	2/10.	бутерброд с маслом и сыром	40/15/10	27,20	328	6,7	9,6	13,2
			хлеб	40	1,72	93,5	3,5	1,2	24,15
			масло сливочное	10	13,78				
			сыр	15	11,70				
			яйцо	40/1 шт	4,40	63	5,08	4,6	0,28
закуска	г.п.								
Итого				59,92	802,5	23,68	23,4	65,78	
Обед	закуска	21/29	салат "Витаминный"	100	50,30	91	1,5	4,6	11
			Капуста белокачанная	84	3,36				
			морковь	32	1,25				
			яблоко	24	44,40				
			сахар	5	0,46				
			масло растительное	5	0,84				
	1 блюдо	56/68	Свекольник	250	11,27	113,3	2	5,1	14,8
			картофель	53	2,39				
			свекла	82	3,12				
			морковь	12	0,47				
			лук реп.	13	0,48				
			масло растительное	5	0,84				
			томатна паста	1,25	0,36				
			сахар	1,6	0,15				
	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				
	гарнир	165/188	каша гречневая рассыпчатая	200	13,21	214,2	14	8,7	57,9
			крупя гречневая	95	4,94				
			масло сливочное	6	8,27				
	напиток	291/318	кисель плодово - ягодный	200	13,00	76	0	0	20
хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	50	2,15	245	7	1,2	50,8	
хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	40	1,76	74,4	2,3	0,3	14,8	
Итого				156,06	922,9	50,3	39,7	172,7	
Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (яблоко)	180	33,3	33,3	0,3	0,3	6,75
	напиток	г.п.	сок фруктовый	200	17,55	92	1	0	25,4
	сладкое	г.п.	Печенье	40	10,8	166,3	2,9	3,8	166,8
Итого				61,65	291,6	4,2	4,1	198,95	
Ужин	закуска	39/47	Салат Студенческий	100	7,202	137	3,8	10,5	6,8
			картофель	45	2,025				
			морковь	25	0,975				
			гороше консерв.	27	1,647				
			яйцо	8шт	0,88				
			масло растительное	10	1,675				
	2 блюдо	104/118	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
			рис	64	5,76				
			масло сливочное	5	6,89				
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,72	93,5	3,5	0,5	24,15
	гор.напиток	268/295	чай с сахаром	200	1,2014	35	0,1	0,03	9,9
			чай	0,4	0,2864				
сахар			10	0,915					
Итого				68,2734	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	1,2014	35	0,1
			чай	0,4	0,2864				
			сахар	10	0,915				
	сладкое	260/285	Булочка сдобная	50	9,06035	159	3,9	4,3	26
			мука	30	1,245				
			дрожжи	0,4	0,08				
			соль	0,3	0,01335				
			сахар	8	0,732				
			масло сливочное	4,5	6,201				
		яйцо	3шт	0,33					
		молоко	4,5	0,459					
Итого				33,86175	259	9,8	9,3	43,9	
Итого за весь день				379,76	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