

Основное организованное меню

Утверждено  
Целинной ОШИ № 15



Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 лет проживания		Отд./корп				День	Число	Возраст			
Прием пищи	Раздел	№ реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеб.			
Завтрак	гор.блюдо	185/208	каша пшеница молочная жидкая	180/5	20,46	249,6	3,84	4,8	19,2			
			крупа пшено	40	2,72							
			молоко	101	10,30							
			Сахар	6	0,55							
			масло сливочное	5	6,89							
	гор.напиток	274/301	какао с молоком	200	11,42	88	3,3	2,5	13,7			
			какао порошок	2	0,30							
			молоко	100	10,20							
			Сахар	10	0,92							
	хлеб	1/9	бутерброд с маслом	5	22,61	237,6	2,77	5,8	23,2			
			хлеб	45	1,94							
			масло сливочное	15	20,67							
			Гренки с сыром	50-5-15	20,74							
			сыр	15	11,70							
			масло сливочное	5	6,89							
			хлеб	50	2,15							
<b>Итого</b>					<b>75,22</b>	<b>575,2</b>	<b>9,91</b>	<b>13,1</b>	<b>56,1</b>			
Обед	закуска	36/44	Салат картофельный с зеленым горошком	100	5,75	95,2	4,32	17,9	15,03			
			лук реп.	7	0,26							
			картофель	70	3,15							
			горошек консерв.	24	1,46							
			масло растительное	8	1,34							
			лйцо	8	0,88							
			1 блюдо	63/72	суп картофельный с бобовыми и гречками	250	13,55	11,7	2,6	2,5	18,8	
					картофель	62,5	2,81					
	лук реп.	12			0,44							
	морковь	16			0,62							
	масло сливочное	5			6,89							
	горох	20			1,10							
	хлеб пшеничный	39			1,68							
	2 блюдо	115/131	рагу овощное с мясом	200	62,85	355,2	12,3	9	18			
			Филе куриной грудки	97	50,44							
			мука	2	0,08							
			картофель	79	3,56							
			Капуста белокачанная	61	2,44							
			лук реп.	28	1,04							
			морковь	51	1,99							
			масло растительное	6	1,01							
			томатна паста	4,5	1,28							
			масло сливочное	0,7	0,96							
	сахар	0,6	0,05									
	напиток	276/303	яблочно-лимонный напиток	200	17,34	101	0,3	0,2	25,1			
яблоко			57	10,55								
лимон			16	4,96								
Сахар			20	1,83								
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				
<b>Итого</b>					<b>102,97</b>	<b>731</b>	<b>25,32</b>	<b>30,4</b>	<b>115,88</b>			
Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (Груша)	200	39	34,13	0,3	0,23	7,35			
	напиток	г.п.	сок фруктовый	200	17,55	92	1	0	25,4			
	сладкое	г.п.	мармелад	35	11,55	112	0,04	1,1	4,4			
<b>Итого</b>					<b>68,1</b>	<b>126,13</b>	<b>1,34</b>	<b>1,33</b>	<b>37,15</b>			
Ужин	закуска	44/98	салат из свежих овощей с суж	80	12,34915	122,8	1,1	3,9	15,6			
			морковь	48,6	1,8954							
			Капуста белокачанная	31,3	1,252							
			курага	9,5	2,85							
			чернослив	15,3	5,16375							
			Сахар	2	0,183							
			масло растительное	6	1,005							
			2 блюдо	124/146	фрикадельки из кур	90	43,74	189,9	18	12,9	0,5	
	гарнир	165/188			каша рассыпчатая из гречнев	180	11,362	267,8	12,6	7,8	52,1	
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	крупа гречневая	86	4,472						
				масло сливочное	5	6,89						
				хлеб бел.	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									
<b>Итого</b>					<b>70,37255</b>	<b>709</b>	<b>35,3</b>	<b>25,13</b>	<b>102,25</b>			
завтрак 2	кисломолочный напиток	г.п.	Кефир	200	23,6	100	5,8	5	8			
			гор напиток	268/295	чай с сахаром	200	1,2014	35	0,1	0,03	9,9	
			чай	0,4	0,2864							
			Сахар	10	0,915							
			сладкое	г.п.	баранка	35	8,785	104,3	1,23	1,2	4,8	
<b>Итого</b>					<b>33,5864</b>	<b>239,3</b>	<b>7,13</b>	<b>6,23</b>	<b>22,7</b>			

Утверждаю  
 Директор  
 МБОУ Целинной ОШИ №15  
 Делявская



### Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет проживающие			Отд./корп				День	Четверг
Принем пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	185/208	каша пшениная молочная жидкая	250/10.	30,58	351,9	17,3	11	39,9
			крупа пшено	50	3,40				
			молоко	126	12,85				
			Сахар	6	0,55				
			масло сливочное	10	13,78				
	гор.напиток	274/301	какао с молоком	200	19,95	88	3,3	2,5	13,7
			какао порошок	4	0,60				
			молоко	100	10,20				
	хлеб	1/9.	бутерброд с маслом	70/20.	30,57	313	5,4	17	34
			хлеб	70	3,01				
			масло сливочное	20	27,56				
<b>Итого</b>					<b>81,10</b>	<b>752,9</b>	<b>26</b>	<b>30,5</b>	<b>87,6</b>
Обед	закуска	36/44	Салат картофельный с зеленым горошком	100	8,29	144	3,3	5,4	10,8
			яйцо	10	1,10				
			картофель	86	3,87				
			масло растительное	8	1,34				
			горошек консер.	27	1,65				
				лук реп.	9	0,33			
	1 блюдо	63/72	суп картофельный с бобовыми и гречками	250	13,55	111,7	2,6	2,5	18,8
			картофель	62,5	2,81				
			лук реп.	12	0,44				
			морковь	16	0,62				
			масло сливочное	5	6,89				
			горох	20	1,10				
			хлеб пшеничный	39	1,68				
	2 блюдо	115/131	рагу овощное с мясом	250	79,26	523	21,4	28,4	23,5
			мука	3	0,12				
			картофель	98	4,41				
			Капуста белокачанная	76	3,04				
			лук реп.	35	1,30				
			морковь	63	2,46				
			масло растительное	8	1,34				
			томатна паста	6	1,71				
			Филе курицы	122	63,44				
			масло сливочное	1	1,38				
				сахар	0,7	0,06			
	напиток	276/303	яблочно-лимонный напиток	200	17,34	101	0,3	0,2	2,5
			яблоко	57	10,55				
			лимон	16	4,96				
			Сахар	20	1,83				
	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
<b>Итого</b>					<b>121,91</b>	<b>1047,6</b>	<b>33,4</b>	<b>37,3</b>	<b>94,55</b>
Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (Груша)	200	39	34,13	0,3	0,23	7,35
	напиток	г.п.	сок фруктовый	200	17,55	92	1	0	25,4
	сладкое	г.п.	мармелад	50	16,5	321	0,1	0	79,4
<b>Итого</b>					<b>73,05</b>	<b>447,13</b>	<b>1,4</b>	<b>0,23</b>	<b>112,15</b>
Ужин	закуска	44/98	салат из свежих овощей с су	100	12,34915	153,5	2	6,14	22,54
			морковь	48,6	1,8954				
			Капуста белокачанная	31,3	1,252				
			курага	9,5	2,85				
			чернослив	15,3	5,16375				
			Сахар	2	0,183				
			масло растительное	6	1,005				
	2 блюдо	124/146	фрикадельки из кур	100	48,6	245	12,5	15,7	11,1
			каша рассыпчатая из гречне	200	13,208	214,2	14	8,7	57,9
	гарнир	165/188	крупа гречневая	95	4,94				
			масло сливочное	6	8,268				
			хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,72	93,5	3,5
	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				
<b>Итого</b>					<b>77,07855</b>	<b>741,2</b>	<b>32,1</b>	<b>31,07</b>	<b>115,69</b>
завтрак 2	кисломолочный напиток	г.п.	кефир	200	23,6	100	5,8	5	8
			гор. Напиток	168/295	чай с сахаром	200	1,2014	35	0,1
				чай	0,4	0,2864			
				Сахар	10	0,915			
	сладкое	г.п.	баранка	50	12,55	149	1,99	2,7	26,3
<b>Итого</b>					<b>37,3514</b>	<b>284</b>	<b>7,89</b>	<b>7,73</b>	<b>44,2</b>
<b>Итого за весь день</b>					<b>390,50</b>	<b>3272,83</b>	<b>100,79</b>	<b>106,83</b>	<b>454,19</b>

Утверждаю директор  
МБОУ «Средняя общеобразовательная школа №15»  
Действительная

### Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОПШ №15 7-11 приходящие			Отд./корп							
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор.блюдо	185/208	каша пшеничная молочная жидкая	150	20,46	249,6	3,8				
			крупа пшено	40	2,72						
			молоко	101	10,30						
				Сахар	6	0,55					
				масло сливочное	5	6,89					
	гор.напиток	274/301	какао с молоком	200	11,42	88	3,3				
			какао порошок	2	0,30						
			молоко	100	10,20						
				Сахар	10	0,92					
	напиток	г.п.		кефир	200	23,60	100	5,8	5	8	
	фрукт	г.п.		фрукт (Груша)	200	39,00	34,13	0,3	0,23	7,35	
	хлеб	1/9.	бутерброд с маслом	5	22,61	237,6	2,77	5,8	23,2		
хлеб			45	1,94							
масло сливочное			15	20,67							
<b>Итого</b>					117,08	709,33	16,01	18,33	71,45		
Обед	закуска	36/44	Салат картофельный с зеленым горошком	100	7,09	95,2	4,32	9,2	15,03		
			Яйцо	8	0,88						
			лук реп.	7	0,26						
			картофель	70	3,15						
			горошек зеленый консерв.	24	1,46						
			масло растительное	8	1,34						
	1 блюдо	63/72	суп картофельный с бобовыми и гречками	250	13,55	11,7	2,6	2,5	18,8		
			картофель	62,5	2,81						
			лук реп.	12	0,44						
			морковь	16	0,62						
			масло сливочное	5	6,89						
			горох	20	1,10						
	2 блюдо	115/131	рагу овощное с мясом	150	62,85	355,2	12,3	9	18		
			Филе куриной грудки	97	50,44						
			мука	2	0,08						
			картофель	79	3,56						
			Капуста белокачанная	61	2,44						
			лук реп.	28	1,04						
			морковь	51	1,99						
			масло растительное	6	1,01						
			томатна паста	4,5	1,28						
			масло сливочное	0,7	0,96						
			сахар	0,6	0,05						
	напиток	276/303	яблочно-лимонный напиток	200	17,34	101	0,3	0,2	25,1		
			яблоко	57	10,55						
			лимон	16	4,96						
			Сахар	20	1,83						
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		
<b>Итого</b>					104,31	731	25,32	21,7	115,88		
<b>Итого за весь день</b>					221,39	1440,33	41,33	40,03	187,33		

Утверждаю \_\_\_\_\_ директор

МБОУ Целинная ОШИ №15 Н.А.

Общественный контроль

### Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 приходящие			Отд./корп						
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калории	Жиры	Углеводы	Белки	
Завтрак	гор.блюдо	185/208	каша пшенная молочная жидкая	200	23,05	189				
			крупа пшено	50	3,40					
			молоко	126	12,85					
				Сахар	6	0,55				
				масло сливочное	7	9,65				
	гор.напиток	274/301	какао с молоком	200	11,52	88				
			какао порошок	4	0,60					
			молоко	100	10,00					
				Сахар	10	0,92				
	напиток	г.п.	кефир	200	23,60	100	5,8	5	8	
	Фрукт	г.п.	фрукт (Груша)	200	39,00	34,13	0,3	0,23	7,35	
	хлеб	1/9.	бутерброд с маслом	50/20.	29,71	165	4	16,7	23,8	
хлеб			50	2,15						
масло сливочное			20	27,56						
<b>Итого</b>					<b>126,87</b>	<b>576,13</b>	<b>20,7</b>	<b>35,43</b>	<b>96,85</b>	
Обед	закуска	36/44	Салат картофельный с зеленым горошком	100	8,55	98	3,3	5,4	10,8	
			яйцо	10	1,10					
			лук реп.	7	0,26					
			картофель	86	3,87					
			горшеч зеленый консерв.	27	1,65					
			масло растительное	10	1,68					
	1 блюдо	63/72	суп картофельный с бобовыми и гречками	250	13,55	111,7	2,6	2,5	18,8	
			картофель	62,5	2,81					
			лук реп.	12	0,44					
			морковь	16	0,62					
			масло сливочное	5	6,89					
			горох	20	1,10					
			хлеб пшеничный	39	1,68					
	2 блюдо	115/131	рагу овощное с мясом	200	79,26	144	4,8	6,2	15,8	
			мука	3	0,12					
			картофель	98	4,41					
			Капуста белокачанная	76	3,04					
			лук реп.	35	1,30					
			морковь	63	2,46					
			масло растительное	8	1,34					
			томатна паста	6	1,71					
			филе курицы	122	63,44					
			масло сливочное	1	1,38					
			сахар	0,7	0,06					
			напиток	276/303	яблочно-лимонный напиток	200	17,34	101	0,3	0,2
			яблоко	57	10,55					
			лимон	16	4,96					
			Сахар	20	1,83					
	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	
	<b>Итого</b>					<b>122,18</b>	<b>622,6</b>	<b>16,8</b>	<b>15,1</b>	<b>86,85</b>
	<b>Итого за весь день</b>					<b>249,05</b>	<b>1198,73</b>	<b>37,5</b>	<b>50,53</b>	<b>183,7</b>

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 471092413905542759889334510250069883863198699200

Владелец Делявская Наталья Анатольевна

Действителен с 12.01.2026 по 12.01.2027