

## Основное организованное меню

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

МБОУ Целинная ОШИ №15 7-11 лет прожиточного				Отд./корп				Дети		Воскресенье 15-03-2026г		
Виды питания	Раздел	№ рецепта	Блюдо	Емкост. г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	гор.блюдо	73/86	Суп молочный с крупой рисовой	250	16,90	224	5,5	5,2	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/шт	4,40	63	5,08	4,6	0,28				
<b>Итого</b>				<b>64,32</b>	<b>491</b>	<b>20,18</b>	<b>22,2</b>	<b>41,63</b>				
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			
<b>Итого</b>				<b>94,19</b>	<b>949</b>	<b>32</b>	<b>33,6</b>	<b>139,85</b>				
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	89,3	3,6	10,2	41,6			
<b>Итого</b>				<b>61,65</b>	<b>214,6</b>	<b>4,9</b>	<b>10,5</b>	<b>73,75</b>				
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	8шт	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	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.	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							
	<b>Итого</b>				<b>71,5834</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	1,2014	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	3шт	0,33							
			молоко	4,5	0,459							
<b>Итого</b>				<b>33,86175</b>	<b>294</b>	<b>9,8</b>	<b>9,33</b>	<b>43,9</b>				
<b>Итого за весь день</b>					<b>325,60</b>	<b>2662,1</b>	<b>92,68</b>	<b>103,16</b>	<b>375,38</b>			

## Основное организованное меню

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

Итого	МБОУ Целинная ОШ № 15 12-18 лет проживающие			Отд./корп.				Дет.	Воскресенье 13.03.2026г.
Категория	Рецепт	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.молоко	75/89	Суп молочный с крупой рисовой	250	16,90	224	5,5	5,2	13,25
			молоко	125	12,75				
			масло сливочное	1,6	2,20				
			сахар	1,6	0,15				
	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	27,20	328	6,7
	закуска	г.п.	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
<b>Итого:</b>				<b>59,92</b>	<b>802,5</b>	<b>23,68</b>	<b>23,4</b>	<b>65,78</b>	
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				
	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	соус	50	1,14				
			томатна паста	4	1,14				
			каша гречневая рассыпчатая	200	13,21	214,2	14	8,7	57,9
			крупя гречневая	95	4,94				
	напиток	291/318	масло сливочное	6	8,27				
кисель плодово - ягодный			200	13,00	76	0	0	20	
хлеб пшеничный			50	2,15	245	7	1,2	50,8	
хлеб ржаной			40	1,76	74,4	2,3	0,3	14,8	
<b>Итого:</b>				<b>156,06</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	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
<b>Итого:</b>				<b>61,65</b>	<b>291,6</b>	<b>4,2</b>	<b>4,1</b>	<b>198,95</b>	
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				
	2 блюдо	104/118	масло растительное	10	1,675				
			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
	закуска	г.п.	чай	0,4	0,2864				
сахар			10	0,915					
<b>Итого:</b>						<b>68,2734</b>	<b>713,5</b>	<b>25,8</b>	<b>27,53</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
	сладкое	260/285	чай	0,4	0,2864				
			сахар	10	0,915				
			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				
закуска	г.п.	яйцо	3шт	0,33					
		молоко	4,5	0,459					
<b>Итого:</b>				<b>33,86175</b>	<b>259</b>	<b>9,8</b>	<b>9,3</b>	<b>43,9</b>	
<b>Итого за весь день:</b>				<b>379,76</b>	<b>2989,5</b>	<b>113,28</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