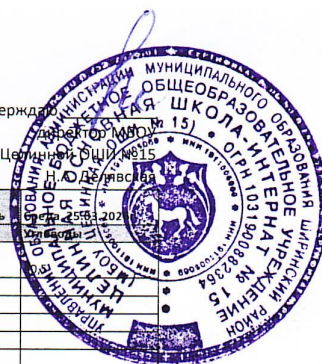


Основное организованное меню

Утверждаю

Директор МБОУ  
Целинная ОШИ №15  
Н.А. Давыдова



Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 лет проживающие			Отд./корп					День		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеб.		
Завтрак	гор.блюдо	182/205	каша манная молочная жидкая	180/5.	24,96	234	7,3	9,2			
			крупа манная	28	1,94						
			молоко	158	16,12						
			Сахар	5	0,47						
			масло сливочное	5	6,44						
			какао на сгущенном молоке	200	6,30		3,5	3,4	19,6		
	гор.напиток	275/302	какао порошок	2	0,30						
			молоко сгущенное	38	5,32						
			яйцо вареное	40	6,00						
	хлеб	г.п. 4/12.	бутерброд с повидлом	масло сливочное	40-50-10	21,87	222	2,4	7,5	36,9	
				масло сливочное	10	12,88					
				хлеб пшеничный	40	1,72					
повидло				50	7,28						
<b>Итого</b>				<b>53,13</b>	<b>456</b>	<b>13,2</b>	<b>20,1</b>	<b>87</b>			
Обед	закуска	20/28	салат "из свежих огурцов и помидор"	60	22,49	81	0,7	7,4	2,9		
			огурец свежий	30	9,75						
			помидор	38	11,40						
			лук реп.	10	0,37						
			масло растительное	5	0,86						
			кислота лимонная	0,5	0,007						
			сахар	1	0,09						
			соль	0,3	0,01						
			рассольник								
			Ленинградский	250/10	25,12	120	18,16	5,3	15,4		
	1 блюдо	56/69	картофель	93,3	4,20						
			крупа перловая	5	0,17						
			морковь	12,5	0,49						
			лук реп.	6,6	0,24						
			масло сливочное	5	6,44						
			огурец соленый	26,6	10,11						
			сметана	10	3,48						
			рыба припущенная "Минтай"	90	47,46	224	18,2	10,2	2		
			минтай	196	47,04						
			морковь	5	0,20						
	соус	227/250	соус белый основной	лук реп.	20	1,70	49,2	3,76	3,48	0,76	
				лук реп.	1	0,04					
				масло сливочное	1,25	1,61					
				мука	1,25	0,05					
				картофельное пюре	150	16,13	140	1,8	1,2	0,81	
	гарнир	131/153	картофельное пюре	картофель	161,5	7,27					
				масло сливочное	5	6,44					
				молоко кипяченое	23,75	2,42					
	напиток	291/318	кисель плодово - ягодный	лук реп.	200	13,00	76	0	0	20	
				хлеб бел.	г.п.	40	1,72	93,5	3,5	0,5	24,15
				хлеб черн.	г.п.	40	1,76	65,1	2,01	0,26	1,04
				хлеб ржаной	40	1,76	65,1	2,01	0,26	1,04	
	<b>Итого</b>				<b>129,38</b>	<b>848,8</b>	<b>48,13</b>	<b>28,34</b>	<b>67,06</b>		
Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (яблоко)	180	33,3	33,3	0,3	0,3	6,75		
			напиток	г.п.	200	16	92	1	0	25,4	
			сладкое	г.п.	50	10,4	200	1,8	6,5	34	
<b>Итого</b>				<b>59,7</b>	<b>325,3</b>	<b>3,1</b>	<b>6,8</b>	<b>66,15</b>			
Ужин	закуска	18/26	салат из моркови с яблока	100	11,5955	67	0,9	3,4	8,4		
			морковь	80	3,12						
			яблоко	23	4,255						
			масло растительное	24	4,128						
			кислота лимонная	0,3	0,0042						
			Сахар	0,8	0,0748						
			соль	0,3	0,0135						
			гор.блюдо	123/145	плов с мясом птицы	170	57,3096	443,7	12,1	9,2	36,8
			куры	160,5	49,9155						
			масло растительное	3,5	0,602						
	гор.блюдо	268/295	чай с сахаром	лук реп.	10,8	0,3996					
				морковь	11,5	0,4485					
				крупа рисовая	41	3,69					
				масло растительное	9,5	1,634					
				томатна паста	2	0,62					
				хлеб бел.	г.п.	40	1,72	93,5	3,5	0,5	24,15
				хлеб черн.	г.п.	40	1,76	74,4	2,3	0,3	14,8
				чай	200	1,2214	35	0,1	0,03	9,9	
				чай	0,4	0,2864					
				сахар	10	0,935					
<b>Итого</b>				<b>73,6065</b>	<b>713,6</b>	<b>18,9</b>	<b>13,43</b>	<b>94,05</b>			
завтрак 2	кисломолочный напиток	г.п.	Нефир	200	23,6	100	5,8	5	8		
			сладкое	252/276	ватрушка с творогом	50	15,1013	136	5,8	3,6	19,4
					мука	32	1,344				
					сахар	3,1	0,28985				
					масло сливочное	2	2,575				
					яйцо	шт	1,2				
					дрожжи	0,2	0,04				
					соль	0,4	0,018				
					масло растительное	0,2	0,0344				
					ванилин	0,002	0,00005				
					творог	16	9,6				
<b>Итого</b>				<b>38,7013</b>	<b>236</b>	<b>11,6</b>	<b>8,6</b>	<b>27,4</b>			
<b>Итого за весь день</b>					<b>354,52</b>	<b>2579,7</b>	<b>94,93</b>	<b>77,27</b>	<b>341,66</b>		

## Основное организованное меню



Школа		МБОУ Целинная ОШИ № 15 1-4 классы 7-11 приходящие			Отд./корп					
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	182/205	каша манная молочная жидкая	150	24,96	234				
			крупа манная	28	1,94					
			молоко	158	16,12					
				Сахар	5	0,47				
				масло сливочное	5	6,44				
	гор.напиток	275/302		какао на сгущенном молоке	200	5,62	120	3,5	3,4	19,6
				какао порошок	2	0,30				
				молоко сгущенное	38	5,32				
	напиток	г.п.		кефир	200	23,60	100	5,8	5	8
	фрукт	г.п.		фрукт (Яблоко)	180	33,30	33,3	0,3	0,3	6,75
	хлеб	4/12.		бутерброд с повидлом	30/40/10	15,41	222	2,4	7,5	36,9
				хлеб пшеничный	30	1,29				
повидло				40	5,82					
<b>Итого</b>					<b>102,89</b>	<b>709,3</b>	<b>19,3</b>	<b>25,4</b>	<b>101,75</b>	
Обед	закуска	20/28	салат "Из свежих огурцов и помидор"	100	22,49	61	0,7	7,4	2,9	
			огурец свежий	30	9,75					
			помидор	38	11,40					
			лук реп.	10	0,37					
			масло растительное	5	0,86					
			кислота лимонная	0,5	0,007					
			сахар	1	0,09					
			соль	0,3	0,01					
	1 блюдо	56/69		рассольник Ленинградский	250/10	25,12	120	18,16	5,3	15,4
				картофель	93,3	4,20				
				крупа перловая	5	0,17				
				морковь	12,5	0,49				
				лук реп.	6,6	0,24				
				масло сливочное	5	6,44				
				огурец соленый	26,6	10,11				
				сметана	10	3,48				
	2 блюдо	77/91		рыба припущенная "Минтай"	90	47,46	226	18,2	10,2	2
				минтай	196	47,04				
				морковь	5	0,20				
				лук реп.	6	0,22				
	соус	227/250		соус белый основной	20	1,70	45,2	3,76	3,48	0,76
				лук реп.	1	0,04				
				масло сливочное	1,25	1,61				
				мука	1,25	0,05				
	гарнир	131/153		картофельное пюре	150	16,13	140	1,8	1,2	0,81
				картофель	161,5	7,27				
				масло сливочное	5	6,44				
молоко кипяченое				23,75	2,42					
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	65,1	2,01	0,26	1,04	
<b>Итого</b>					<b>129,38</b>	<b>826,8</b>	<b>48,13</b>	<b>28,34</b>	<b>67,06</b>	
<b>Итого за весь день</b>					<b>232,27</b>	<b>1536,1</b>	<b>67,43</b>	<b>53,74</b>	<b>168,81</b>	

## Основное организованное меню



Школа			МБОУ Целинная ОШИ № 15		12-18 лет		приходящие		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Отд./корп	Выход, г	Цена	Калорийность	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	182/205	каша манная молочная жидкая	29	34,72	210			
			крупа манная	39	2,70				
			молоко	220	22,44				
			Сахар	6	0,56				
			масло сливочное	7	9,01				
	гор.напиток	275/302	какао на сгущенном молоке	200	5,62	120	3,5	3,4	19,6
			какао порошок	2	0,30				
			молоко сгущенное	38	5,32				
	напиток	г.п.	кефир	200	23,60	100	5,8	5	8
	Фрукт	г.п.	фрукт (Яблоко)	180	33,30	33,3	0,3	0,3	6,755
хлеб	4/12.	бутерброд с повидлом	30/40/10	19,51	122	2,4	7,5	36,9	
		масло сливочное	10	12,88					
		повидло	40	5,82					
<b>Итого</b>					<b>116,74</b>	<b>585,3</b>	<b>22,2</b>	<b>29</b>	<b>113,555</b>
Обед	закуска	14/22	салат "Из свежих огурцов и помидор"	100	31,99	81	0,7	7,4	2,9
			огурец свежий	50	16,25				
			помидор	47	14,10				
			лук реп.	18	0,67				
			масло растительное	5	0,86				
			кислота лимонная	0,5	0,01				
			сахар	1	0,09				
			соль	0,3	0,01				
	1 блюдо	56/69	рассольник Ленинградский	250/10	25,12	120	18,16	5,3	15,4
			картофель	93,3	4,20				
			крупа перловая	5	0,17				
			морковь	12,5	0,49				
			лук реп.	6,6	0,24				
			масло сливочное	5	6,44				
			огурец соленый	26,6	10,11				
			сметана	10	3,48				
	2 блюдо	77/91	рыба припущенная "Минтай"	100	59,38	259,2	3	14,5	2,16
			морковь	4	0,16				
			минтай	246	59,04				
			лук реп.	5	0,19				
	гарнир	131/153	картофельное пюре	180	19,34	168	3,7	6,3	23,4
			картофель	193,5	8,71				
			масло сливочное	6	7,73				
молоко кипяченое			28,5	2,91					
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	
соус	227/250	соус белый основной	20	1,70	61,5	4,7	4,35	0,95	
		мука	1,25	0,05					
		лук реп.	1	0,04					
		масло сливочное	1,25	1,61					
<b>Итого</b>					<b>154,01</b>	<b>933,6</b>	<b>36,06</b>	<b>38,65</b>	<b>103,76</b>
<b>Итого за весь день</b>					<b>270,75</b>	<b>1518,9</b>	<b>58,26</b>	<b>67,65</b>	<b>217,315</b>

Основное организованное меню



Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет проживающие			Отд./корп	Цена	Калорийность							
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г		ккал	белки	жиры	углеводы				
Завтрак	гор.блюдо	182/205	каша манная молочная жидкая	250	34,72	325							
			крупа манная	39	2,70								
			молоко	220	22,44								
			Сахар	6	0,56								
			масло сливочное	7	9,01								
			какао на сгущенном молоке	200	5,62								
	гор.напиток	275/302	какао порошок	2	0,30	120	3,5						
			молоко сгущенное	38	5,32								
			бутерброд с повидлом	43/40/10	15,41						349	4,1	12,6
	хлеб	4/12.	хлеб пшеничный	30	1,29								
			повидло	40	5,82								
	<b>Итого</b>					<b>55,75</b>	<b>794</b>	<b>17,8</b>	<b>28,8</b>	<b>117,5</b>			
Обед	закуска	20/28	салат "из свежих огурцов и помидор"	100	31,95	81	0,7	7,4	2,9				
			огурец свежий	50	16,25								
			помидор	47	14,10								
			лук реп.	18	0,63								
			масло растительное	5	0,86								
			кислота лимонная	0,5	0,007								
			сахар	1	0,09								
			соль	0,3	0,01								
			рассольник Ленинградский	250/10	25,12					120	18,16	5,3	15,4
			картофель	93,3	4,20								
	крупа перловая	5	0,17										
	морковь	12,5	0,49										
	лук реп.	6,6	0,24										
	масло сливочное	5	6,44										
	огурец соленый	26,6	10,11										
	сметана	10	3,48										
	1 блюдо	56/69	рыба припущенная "Минтай"	100	59,38	259,2	3	14,5	2,16				
			морковь	4	0,16								
			минтай	246	59,04								
	гарнир	131/153	лук реп.	5	0,19	168	3,7	6,3	23,4				
			картофельное пюре	180	19,34								
				картофель	193,5	8,71							
				масло сливочное	6	7,73							
				молоко кипяченое	28,5	2,91							
	напиток	291/318	кисель плодово-ягодный	200	11,80	76	0	0	20				
			хлеб бел. г.п.	40	1,72	93,5	3,5	0,5	24,15				
			хлеб черн. г.п.	40	1,76	74,4	2,3	0,3	14,8				
			соус	227/250	20	1,70	49,2	3,76	3,48	0,76			
			мука	1,25	0,05								
				лук реп.	1	0,04							
				масло сливочное	1,25	1,61							
	<b>Итого</b>					<b>152,77</b>	<b>921,3</b>	<b>35,12</b>	<b>37,78</b>	<b>103,57</b>			
	Полдник	фрукты г.п.	г.п.	фрукт свежий (яблоко)	180	33,3	33,3	0,3	0,3	6,75			
напиток г.п.		г.п.	сок фруктовый	200	16	92	1	0	25,4				
сладкое г.п.		г.п.	пряник	50	10,4	200	1,8	6,5	34				
<b>Итого</b>					<b>59,7</b>	<b>325,3</b>	<b>3,1</b>	<b>6,8</b>	<b>66,15</b>				
Ужин	закуска	18/26	салат из моркови с яблока	100	8,1555	67	0,9	3,4	8,4				
			морковь	80	3,12								
			яблоко	23	4,255								
			масло растительное	4	0,688								
			кислота лимонная	0,3	0,0042								
			Сахар	0,8	0,0748								
			соль	0,3	0,0135								
			плов с мясом птицы	200	68,83					522	21	27	44,2
			куры	196,5	61,1115								
			лук реп.	12,5	0,4625								
	морковь	13	0,507										
	крупа рисовая	47	4,23										
	масло растительное	10,5	1,806										
	томатна паста	2,3	0,713										
	хлеб бел. г.п.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,72	93,5	3,5	0,5	24,15				
	хлеб черн. г.п.	г.п.	хлеб ржаной	40	1,76	74,4	2,3	0,3	14,8				
	гор напиток	268/295	200/20	чай с сахаром	200/20	1,2214	114,8	0,1	0,03	30,1			
			чай	0,4	0,2864								
			сахар	10	0,935								
<b>Итого</b>					<b>81,6869</b>	<b>871,7</b>	<b>27,8</b>	<b>31,23</b>	<b>121,65</b>				
завтрак 2	кисломолочный напиток г.п.	г.п.	кефир	200	23,6	100	5,8	5	8				
	сладкое	252/276	ватрушка с творогом	50	13,351462	136	5,8	3,6	19,4				
			мука	25	1,05								
			сахар	1,3	0,12155								
			масло сливочное	1	1,2875								
			яйцо	8шт	1,2								
			дрожжи	0,2	0,04								
			соль	0,4	0,018								
			масло растительное	0,2	0,0344								
			ванилин	0,002	0,000012								
			творог	16	9,6								
<b>Итого за весь день</b>					<b>386,86</b>	<b>3148,3</b>	<b>95,42</b>	<b>113,21</b>	<b>373,52</b>				

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 471092413905542759889334510250069883863198699200

Владелец Делявская Наталья Анатольевна

Действителен с 12.01.2026 по 12.01.2027