

Основное организованное меню

Утверждаю
Целинной ОШ №15
И.А. Давлеская



Школа	МБОУ Целинная ОШ № 15 7-11 лет проживающие		Отд./корп										
Принем пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак	гор. блюдо	185/208	каша пшеница молочная	180,5	20,02	249,6	3,84						
			жидкая										
			крупа пшено	40	2,72								
			молоко	101	10,30								
			Сахар	6	0,56								
	гор. напиток	274/301	масло сливочное	5	6,44								
			какао с молоком	200	11,44	88	3,3	2,5					
			какао порошок	2	0,30								
			молоко	100	10,20								
			Сахар	10	0,94								
	хлеб	1/9	бутерброд с маслом	5	21,25	237,6	2,77	5,8	23,2				
			хлеб	45	1,94								
			масло сливочное	15	19,31								
			Гренки с сыром	50-5-15	20,29								
			сыр	15	11,70								
			масло сливочное	5	6,44								
			хлеб	50	2,15								
Итого					72,99	575,2	9,91	13,1	56,1				
Обед	закуска	36/44	Салат картофельный с зеленым горошком	100	6,10	95,2	4,32	17,9	15,03				
			лук реп.	7	0,26								
			картофель	70	3,15								
			горошек консерв.	24	1,49								
			масло растительное	8	1,38								
			яйцо	8	1,20								
						суп картофельный с бобовыми и гренками	250	13,10	11,7	2,6	2,5	18,8	
	1 блюдо	63/72	картофель	62,5	2,81								
			лук реп.	12	0,44								
			морковь	16	0,62								
			масло сливочное	5	6,44								
			горох	20	1,10								
			хлеб пшеничный	39	1,68								
						2 блюдо	115/131	рагу овощное с мясом	200	57,41	355,2	12,3	9
			Филе куриной грудки	97	44,62								
			мука	2	0,08								
			картофель	79	3,56								
			Капуста белокачанная	61	2,75								
			лук реп.	28	1,04								
			морковь	51	1,99								
			масло растительное	6	1,03								
			томатна паста	4,5	1,40								
						масло сливочное	0,7	0,90					
						сахар	0,6	0,06					
	напиток	276/303	яблочко-лимонный напиток	200	17,86	101	0,3	0,2	25,1				
			яблоко	57	10,55								
			лимон	16	5,44								
			Сахар	20	1,87								
						хлеб бел	г.п	хлеб пшеничный	40	1,72	93,5	3,5	0,5
				хлеб черн	г.п	хлеб ржаной	40	1,76	74,4	2,3	0,3	14,8	
	Итого					97,94	731	25,32	30,4	115,88			
	Подзник	фрукты	г.п	фрукт свежий (Груша)	200	46	34,13	0,3	0,23	7,35			
		напиток	г.п	сок фруктовый	200	16	92	1	0	25,4			
		сладкое	г.п	мармелад	35	11,83	112	0,04	1,1	4,4			
	Итого					73,83	126,13	1,34	1,33	37,15			
Ужин	закуска	44/98	салат из свежих овощей с сух.	80	12,5749	122,8	1,1	3,9	15,6				
			морковь	48,6	1,8954								
			Капуста белокачанная	31,3	1,4085								
			курага	9,5	2,85								
			чернослив	15,3	5,202								
			Сахар	2	0,187								
			масло раеителное	6	1,032								
	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	10,3505	267,8	12,6	7,8	52,1		
				крупа гречневая	86	3,913							
				масло сливочное	5	6,4375							
				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	1,2214	35	0,1	0,03	9,9				
			чай	0,4	0,2864								
			сахар	10	0,935								
Итого					69,6068	709	35,3	25,13	102,25				
завтрак 2	кисломолочный напиток	г.п	Кефир	200	23,6	100	5,8	5	8				
	гор напиток	268/295	чай с сахаром	200	1,2214	35	0,1	0,03	9,9				
			чай	0,4	0,2864								
			Сахар	10	0,935								
	сладкое	г.п	баранка	35	8,785	104,3	1,23	1,2	4,8				
Итого					33,6064	239,3	7,13	6,23	22,7				

Основное организованное меню



Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 приходящие			Отд./корп							
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийное	Белки	Жиры	Углевод.		
Завтрак	гор.блюдо	185/208	каша пшенная молочная жидкая	150	20,02	249,6					
			крупа пшено	40	2,72						
			молоко	101	10,30						
			Сахар	6	0,56						
			масло сливочное	5	6,44						
	гор.напиток	274/301	какао с молоком	200	11,44	88	3,3	2,5	13,7		
			какао порошок	2	0,30						
			молоко	100	10,20						
	напиток	г.п.	кефир	200	23,60	100	5,8	5	8		
			фрукт (Груша)	200	44,00	34,13	0,3	0,23	7,35		
	хлеб	1/9.	бутерброд с маслом	5	21,25	237,6	2,77	5,8	23,2		
хлеб			45	1,94							
масло сливочное			15	19,31							
Итого				120,30	709,33	16,01	18,33	71,45			
Обед	закуска	36/44	Салат картофельный с зеленым горошком	100	7,47	95,2	4,32	9,2	15,03		
			Яйцо	8	1,20						
			лук реп.	7	0,26						
			картофель	70	3,15						
			горошек зеленый консерв.	24	1,49						
			масло растительное	8	1,38						
	1 блюдо	63/72	суп картофельный с бобовыми и гречками	250	13,10	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	6,44						
			горох	20	1,10						
	2 блюдо	115/131	рагу овощное с мясом	150	57,41	355,2	12,3	9	18		
			Филе куриной грудки	97	44,62						
			мука	2	0,08						
			картофель	79	3,56						
			Капуста белокочанная	61	2,75						
			лук реп.	28	1,04						
			морковь	51	1,99						
			масло растительное	6	1,03						
			томатна паста	4,5	1,40						
			масло сливочное	0,7	0,90						
			сахар	0,6	0,06						
			напиток	276/303	яблочно-лимонный напиток	200	17,86	101	0,3	0,2	25,1
					яблоко	57	10,55				
					лимон	16	5,44				
	Сахар	20			1,87						
	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				99,32	731	25,32	21,7	115,88		
Итого за весь день					219,62	1440,33	41,33	40,03	187,33		

Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет проживающие		Отд./корп								
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор.блюдо	185/208	каша пшеничная молочная жидкая	250/10.	29,69	351,9					
			крупа пшено	50	3,40						
			молоко	126	12,85						
			Сахар	6	0,56						
			масло сливочное	10	12,88						
	гор.напиток	274/301	какао с молоком	200	20,15	88	3,3				
			какао порошок	4	0,60						
			молоко	100	10,20						
	хлеб	1/9.	Сахар	10	9,35						
			бутерброд с маслом	70/20.	28,76	313	5,4	17	34		
хлеб			70	3,01							
			масло сливочное	20	25,75						
Итого				78,60	752,9	26	30,5	87,6			
Обед	закуска	36/44	Салат картофельный с зеленым горошком	100	8,75	144	3,3	5,4	10,8		
			яйцо	10	1,50						
			картофель	86	3,87						
			масло растительное	8	1,38						
			горошек консер.	27	1,67						
			лук реп.	9	0,33						
			1 блюдо	63/72	суп картофельный с бобовыми и гречками	250	13,10	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	6,44						
			горох	20	1,10						
			хлеб пшеничный	39	1,68						
	2 блюдо	115/131	рагу овощное с мясом	250	72,42	523	21,4	28,4	23,5		
			мука	3	0,13						
			картофель	98	4,41						
			Капуста белокочанная	76	3,42						
			лук реп.	35	1,30						
			морковь	63	2,46						
			масло растительное	8	1,38						
			томатная паста	6	1,86						
			Филе курицы	122	56,12						
			масло сливочное	1	1,29						
			сахар	0,7	0,07						
	напиток	276/303	яблочно-лимонный напиток	200	17,38	101	0,3	0,2	2,5		
			яблоко	57	10,55						
			лимон	16	4,96						
			Сахар	20	1,87						
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				115,12	1047,6	33,4	37,3	94,55			
Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (Груша)	200	46	34,13	0,3	0,23	7,35		
	напиток	г.п.	сок фруктовый	200	16	92	1	0	25,4		
	сладкое	г.п.	мармелад	50	16,9	321	0,1	0	79,4		
Итого				78,9	447,13	1,4	0,23	112,15			
Ужин	закуска	44/98	салат из свежих овощей с	100	12,5749	153,5	2	6,14	22,54		
			морковь	48,6	1,8954						
			Капуста белокочанная	31,3	1,4085						
			курага	9,5	2,85						
			чернослив	15,3	5,202						
			Сахар	2	0,187						
			масло растительное	6	1,032						
	2 блюдо	124/146	фрикадельки из кур	100	48,6	245	12,5	15,7	11,1		
	гарнир	165/188	каша рассыпчатая из гречи	200	12,0475	214,2	14	8,7	57,9		
			крупа гречневая	95	4,3225						
			масло сливочное	6	7,725						
	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	1,2214	35	0,1	0,03	9,9		
			чай	0,4	0,2864						
			сахар	10	0,935						
Итого				76,1638	741,2	32,1	31,07	115,69			
завтрак 2	кисломолочный напиток	г.п.	кефир	200	23,6	100	5,8	5	8		
			гор. Напиток	168/295	чай с сахаром	200	1,2214	35	0,1	0,03	9,9
					чай	0,4	0,2864				
					Сахар	10	0,935				
			сладкое	г.п.	баранка	50	12,55	149	1,99	2,7	26,3
Итого				37,3714	284	7,89	7,73	44,2			
Итого за весь день				386,15	3272,83	100,79	106,83	454,19			



Основное организованное меню



директор
И.А. Н.А.

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15-18 приходящие			Отд./корп						
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	185/208	каша пшеничная молочная жидкая	200	22,43	189				
			крупа пшено	50	3,40					
			молоко	126	12,85					
			Сахар	6	0,56					
			масло сливочное	7	9,01					
	гор.напиток	274/301	какао с молоком	200	11,74	88	3,5			13,7
			какао порошок	4	0,60					
			молоко	100	10,20					
				Сахар	10	0,94				
	напиток	г.п.	кефир	200	23,60	100	5,8	5	8	
	Фрукт	г.п.	фрукт (Груша)	200	46,00	34,13	0,3	0,23	7,35	
	хлеб	1/9.	бутерброд с маслом	50/20.	27,90	165	4	16,7	23,8	
хлеб			50	2,15						
масло сливочное			20	25,75						
Итого				131,66	576,13	20,7	35,43	96,85		
Обед	закуска	36/44	Салат картофельный с зеленым горошком	100	9,02	98	3,3	5,4	10,8	
			яйцо	10	1,50					
			лук реп.	7	0,26					
			картофель	86	3,87					
			горшеч зеленый консерв.	27	1,67					
			масло растительное	10	1,72					
	1 блюдо	63/72	суп картофельный с бобовыми и гречками	250	13,10	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	6,44					
			горох	20	1,10					
			хлеб пшеничный	39	1,68					
	2 блюдо	115/131	рагу овощное с мясом	200	72,42	144	4,8	6,2	15,8	
			мука	3	0,13					
			картофель	98	4,41					
			Капуста белокачанная	76	3,42					
			лук реп.	35	1,30					
			морковь	63	2,46					
			масло растительное	8	1,38					
			томатна паста	6	1,86					
			филе курицы	122	56,12					
			масло сливочное	1	1,29					
			сахар	0,7	0,06					
	напиток	276/303	яблочно-лимонный напиток	200	17,86	101	0,3	0,2	2,5	
			яблоко	57	10,55					
			лимон	16	5,44					
			Сахар	20	1,87					
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				115,87	622,6	16,8	15,1	86,85		
Итого за весь день				247,53	1198,73	37,5	50,53	183,7		

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 471092413905542759889334510250069883863198699200

Владелец Делявская Наталья Анатольевна

Действителен с 12.01.2026 по 12.01.2027