

Основное организованное меню

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

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 лет проживающие			Отд./корп								
Прием пищи	Раздел	№ реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	гор.блюдо	213/236	Запеканка из творога	100,0	67,84	197,3	12,3	13,2	23,4			
			творог	94	56,40							
			манка	6	0,42							
			сахар	6	0,56							
			яйцо	1/10шт	1,50							
			сухари панировочные	4	0,46							
			сметана	4	1,39							
			масло сливочное	4	5,15							
			молоко гущенное	14	1,96							
	гор. Блюдо	75/89		Суп молочный с макаронами	200	16,62	82	4,4	4,1	15,9		
				макароны	20	1,11						
				молоко	125	12,75						
				сахар	2	0,19						
	гор.напиток	272/299		кофейный напиток на молоке	200	20,65	94	2,9	2,8	14,9		
				молоко	100	10,20						
				сахар	110	10,29						
	хлеб	3/11.		бутерброд с сыром	30/10	9,87	106	5	3	14,5		
				сыр	11	8,58						
хлеб				30	1,29							
Итого				98,35	479,3	24,6	23,1	68,7				
Обед	закуска	40/48	Винегрет овощной	100	15,07	55	1,3	2,3	7,3			
			свекла	19	0,86							
			морковь	12,5	0,49							
			картофель	27,5	1,24							
			огурец соленый	27,5	10,45							
			Капуста белокачанная	20	0,90							
			лук реп.	17,5	0,65							
			сахар	0,5	0,05							
			соль	0,3	0,01							
			масло растительное	2,5	0,43							
			кислота лимонная	0,3	0,004							
			1 блюдо	52/64		Ши из свеж. Капусты с картофелем	250	9,86	98,3	2,1	7	10,1
	Капуста белокачанная	64				2,88						
	картофель	39				1,76						
	морковь	12				0,47						
	лук реп.	11,5				0,43						
	2 блюдо	76/90		Рыба отварная "Горбуша"с соусом польским	120	138,36	183	12	9,5	1,7		
				горбуша	214	124,23						
				морковь	5	0,20						
				лук реп.	6	0,22						
				масло сливочное	10	12,88						
				кислота лимонная	0,2	0,003						
				мука	2	0,08						
	гарнир	202/225		Макароны отварные	100	9,99	235	6,6	5	40		
				макароны	64	3,55						
	напиток	278/305		чай с сахаром	200	1,22	35	0,1	0,03	9,9		
				чай	0,4	0,29						
				сахар	10	0,94						
	хлеб бел.	г.п.		хлеб пшеничный	55	2,37	130	3,8	1,5	25,7		
	хлеб черн.	г.п.		хлеб ржаной	40	1,76	74,4	2,3	0,3	14,8		
	Итого				178,63	810,7	28,2	25,63	109,5			
	Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (апельсин)	200	44	108	2,7	0,56	2,24		
				напиток	г.п.		сок фруктовый	200	16	92	1	0
сладкое				г.п.		Вафли	20	6,06	54	0,16	0,02	0,08
Итого				66,06	254	3,86	0,58	27,72				
Ужин	закуска	27/35	Салат из свеклы с яблоком	100	11,8405	82	0,9	5,1	8,3			
			свекла	65	2,925							
			яблоко	43	7,955							
			масло растительное	5	0,8375							
			кислота лимонная	0,5	0,007							
			сахар	1	0,0935							
	2 блюдо	105/119		Тёфтели из говядины	90	40,05	154,8	9	10,8	5,4		
				Картофельное пюре	150	16,1275	140	1,8	1,2	0,81		
				картофель	161,5	7,2675						
	гарнир	131/153		молоко	23,75	2,4225						
				масло сливочное	5	6,4375						
				хлеб бел.	г.п.		хлеб пшеничный	40	1,72	93,5	3,5	0,5
		269/296		чай с молоком	200	6,3214	69	1,6	1,8	12,4		
				чай	0,4	0,2864						
				молоко	50	3,1						
сахар				10	0,935							
Итого							76,0594	539,3	16,8	19,4	51,06	
завтрак 2	кисломолочный напиток	г.п.	Кефир	200	23,6	100	5,8	5	8			
			гор. Напиток	278/305	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.		Печенье	50	13,5	111,7	2,1	4,5	9
Итого				38,3214	246,7	8	9,53	26,9				
Итого за весь день				457,42	2330	81,46	78,24	283,88				

Основное организованное меню

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

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет проживающие			Отд./корп				День	Суббота 11.04.2026г.
Прем лица	Раздел	№ рец	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	213/236	Запеканка из творога	7,5	16,43	430,8	25,5	19,8	35,08
			творог	141	84,60				
			манка	10	0,69				
			сахар	10	0,94				
			яйцо	1/10шт	1,50				
			сухари панировочные	6	0,69				
			сметана	6	2,09				
			масло сливочное	6	7,73				
			молоко сгущенное	20	2,80				
			гор. Блюдо	75/89	Суп молочный с макаронами	200	30,77	119	4,4
			макароны	20	1,11				
			молоко	125	2,04				
			сахар	2	1,87				
			масло сливочное	2	25,75				
	гор.напиток	272/299	кофейный напиток на молоке	200	11,78	94	2,9	2,8	14,9
			молоко	100	10,20				
			сахар	10	0,94				
		кофейный напиток	8	0,64					
хлеб	3//11.	бутерброд с сыром	3	19,31	106	5	3	14,5	
		сыр	22	17,16					
		хлеб	50	2,15					
Итого				47,52	749,8	33,4	25,6	64,48	
Обед	закуска	40/48	Винегрет овощной	100	15,07	55	1,3	2,3	7,3
			свекла	19	9,86				
			морковь	12,5	0,49				
			картофель	27,5	1,24				
			огурец соленый	27,5	10,45				
			Капуста белокачанная	20	0,90				
			лук реп.	17,5	0,65				
			сахар	0,5	0,05				
			соль	0,3	0,01				
			масло растительное	2,5	0,43				
	кислота лимонная	0,3	0,004						
	1 блюдо	52/64	Щи из свеж. Капусты с картофелем	300	11,42	112	2,1	7	10,1
			Капуста белокачанная	76	3,04				
			картофель	46	2,07				
			морковь	15	0,59				
			лук реп.	14	0,52				
			масло растительное	6	1,03				
			сметана	12	4,17				
	2 блюдо	76/90	Рыба отварная "Горбуша"с соусом польским	120	118,45	172	23	9,5	1,7
			горбуша	252	146,29				
			морковь	5	0,20				
			лук реп.	6	0,22				
			соус польский	50	13,71				
			масло сливочное	10	12,88				
			кислота лимонная	0,2	0,0028				
			мука	2	0,08				
			яйцо	5шт	0,75				
	гарнир	292/225	Макароны отварные	180	9,99	235	6,6	5	40
			макароны	64	3,55				
			масло сливочное	5	6,44				
	напиток	278/305	чай с сахаром	200	1,22	35	0,1	0,03	9,9
			чай	0,4	0,29				
		сахар	10	0,94					
хлеб бел	г.п.	хлеб пшеничный	55	2,37	131	3,8	1,5	25,7	
хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	40	1,76	74,4	2,3	0,3	14,8	
Итого				760,27	814,4	39,2	25,63	109,5	
Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (апельсин)	200	43	108	2,7	0,56	2,24
	напиток	г.п.	сок фруктовый	200	16	92	1	0	25,4
	сладкое	г.п.	Вафли	40	12,12	81	0,7	3,78	0,63
Итого				71,12	281	4,4	4,34	28,27	
Ужин	закуска	27/35	Салат из свеклы с яблоком	100	11,863	82	0,9	5,1	8,3
			свекла	65	2,925				
			яблоко	43	7,955				
			масло растительное	5	0,86				
			кислота лимонная	0,5	0,007				
			сахар	1	0,0935				
			соль	0,5	0,0225				
	2 блюдо	105/119	Тефтели из говядины	100	44,5	338,3	14,2	22,8	22,9
	гарнир	131/153	Картофельное пюре	230	19,3395	215	4,7	8,1	29,9
			картофель	193,5	8,7075				
			молоко	28,5	2,907				
			масло сливочное	6	7,725				
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,72	93,5	3,5	0,5	24,15
		269/296	чай с молоком	200	6,3214	69	1,6	1,8	12,4
			чай	0,4	0,2864				
			молоко	50	5,1				
			сахар	10	0,935				
Итого				83,7439	797,8	24,9	38,3	97,65	
завтрак 2	кисломолочный напиток	г.п.	кефир	200	23,6	100	5,8	5	8
	гор. Напиток	278/305	чай с сахаром	200	17,4214	35	0,1	0,03	9,9
			чай	0,4	0,2864				
			сахар	10	0,935				
	сладкое	г.п.	Печенье	60	16,2	134	3,6	10,2	41,6
Итого				41,0214	269	9,5	15,23	59,5	
Итого за весь день				403,67	2912	111,4	109,1	359,4	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 471092413905542759889334510250069883863198699200

Владелец Делявская Наталья Анатольевна

Действителен с 12.01.2026 по 12.01.2027