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

Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 лет проживающие			Отд /корп				День	Суббота 09.05.2026г.
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	213/236	Запеканка из творога	100,0	67,81	197,3	12,3	13,2	23,4
			творог	94	56,40				
			манка	6	0,42				
			сахар	6	0,56				
			яйцо	1/10шт	1,40				
			сухари панировочные	4	0,46				
			сметана	4	1,39				
			масло сливочное	4	5,22				
			молоко сгущенное	14	1,96				
	гор. Блюдо	75/89	Суп молочный с макаронами	200	17,16	82	4,4	4,1	15,9
			макароны	20	1,11				
			молоко	125	13,25				
			сахар	2	0,19				
			масло сливочное	2	2,61				
	гор.напиток	272/299	кофейный напиток на молоке	200	21,05	94	2,9	2,8	14,9
			молоко	100	10,60				
			сахар	110	10,29				
			кофейный напиток	2	0,16				
	хлеб	3//11.	бутерброд с сыром	30/10.	9,87	106	5	3	14,5
			сыр	11	8,58				
			хлеб	30	1,29				
Итого					98,73	479,3	24,6	23,1	68,7
Обед	закуска	40/48	Винегрет овощной	100	15,51	55	1,3	2,3	7,3
			свекла	19	0,95				
			морковь	12,5	0,60				
			картофель	27,5	1,24				
			огурец соленый	27,5	10,45				
			Капуста белокачанная	20	0,96				
			лук реп.	17,5	0,82				
			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	250	10,28	98,3	2,1	7	10,1
			Капуста белокачанная	64	3,07				
			картофель	39	1,76				
			морковь	12	0,58				
			лук реп.	11,5	0,54				
			масло растительное	5	0,86				
			сметана	10	3,48				
	2 блюдо	76/90	Рыба отварная "Горбуша"с соусом польским	120	138,59	183	12	9,5	1,7
			горбуша	214	124,23				
			морковь	5	0,24				
			лук реп.	6	0,28				
			масло сливочное	10	13,06				
			кислота лимонная	0,2	0,003				
			мука	2	0,08				
			яйцо	5шт	0,70				
	гарнир	202/225	Макароны отварные	100	10,08	235	6,6	5	40
			макароны	64	3,55				
			масло сливочное	5	6,53				
	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					179,81	810,7	28,2	25,63	109,5
Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (апельсин)	200	40	108	2,7	0,56	2,24
	напиток	г.п.	сок фруктовый	200	22,106	92	1	0	25,4
	сладкое	г.п.	Вафли	20	6,06	54	0,16	0,02	0,08
Итого					68,166	254	3,86	0,58	27,72
Ужин	закуска	27/35	Салат из свеклы с яблоком	100	12,1655	82	0,9	5,1	8,3
			свекла	65	3,25				
			яблоко	43	7,955				
			масло растительное	5	0,8375				
			кислота лимонная	0,5	0,007				
			сахар	1	0,0935				
			соль	0,5	0,0225				
	2 блюдо	105/119	Тефтели из говядины	90	40,05	154,8	9	10,8	5,4
	гарнир	131/153	Картофельное пюре	150	16,31275	140	1,8	1,2	0,81
			картофель	161,5	7,2675				
			молоко	23,75	2,5175				
			масло сливочное	5	6,52775				
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,72	93,5	3,5	0,5	24,15
		269/296	чай с молоком	200	6,5214	69	1,6	1,8	12,4
			чай	0,4	0,2864				
			молоко	50	5,3				
			сахар	10	0,935				
Итого					76,76965	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					461,79	2330	81,46	78,24	283,88

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

Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет проживающие			Отд./корп				День	Суббота 09.05.2026г.
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	213/236	Запеканка из творога	7,5	16,44	430,8	25,5	19,8	35,08
			творог	141	84,60				
			манка	10	0,69				
			сахар	10	0,94				
			яйцо	1/10шт	1,40				
			сухари панировочные	6	0,69				
			сметана	6	2,09				
			масло сливочное	6	7,83				
			молоко сгущенное	20	2,80				
	гор. Блюдо	75/89	Суп молочный с макаронами	200	31,21	119	4,4	4,1	15,9
			макароны	20	1,11				
			молоко	125	2,12				
			сахар	2	1,87				
			масло сливочное	2	26,11				
	гор.напиток	272/299	кофейный напиток на молоке	200	12,18	94	2,9	2,8	14,9
			молоко	100	10,60				
			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					47,93	749,8	33,4	25,6	64,48
Обед	закуска	40/48	Винегрет овощной	100	15,51	55	1,3	2,3	7,3
			свекла	19	0,95				
			морковь	12,5	0,60				
			картофель	27,5	1,24				
			огурец соленый	27,5	10,45				
			Капуста белокачанная	20	0,96				
			лук реп.	17,5	0,82				
			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	12,16	112	2,1	7	10,1
			Капуста белокачанная	76	3,65				
			картофель	46	2,07				
			морковь	15	0,72				
			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	118,08	172	23	9,5	1,7
			горбуша	252	146,29				
			морковь	5	0,24				
			лук реп.	6	0,28				
			соус польский	50	13,84				
			масло сливочное	10	13,06				
			кислота лимонная	0,2	0,0028				
			мука	2	0,08				
			яйцо	5шт	0,70				
	гарнир	292/225	Макароны отварные	180	10,08	235	6,6	5	40
			макароны	64	3,55				
			масло сливочное	5	6,53				
	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					161,18	814,4	39,2	25,63	109,5
Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (апельсин)	200	40	108	2,7	0,56	2,24
	напиток	г.п.	сок фруктовый	200	22,106	92	1	0	25,4
	сладкое	г.п.	Вафли	40	12,12	81	0,7	3,78	0,63
Итого					74,226	281	4,4	4,34	28,27
Ужин	закуска	27/35	Салат из свеклы с яблоком	100	12,188	82	0,9	5,1	8,3
			свекла	65	3,25				
			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	19,5618	215	4,7	8,1	29,9
			картофель	193,5	8,7075				
			молоко	28,5	3,021				
			масло сливочное	6	7,8333				
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,72	93,5	3,5	0,5	24,15
		269/296	чай с молоком	200	6,5214	69	1,6	1,8	12,4
			чай	0,4	0,2864				
			молоко	50	5,3				
			сахар	10	0,935				
Итого					84,4912	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					408,84	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