



Основное организованное меню

Утверждаю
 директор МБОУ
 Целинной ОШИ №15
 Н.А. Деляевская
 Подпись
 30.01.2025

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 лет проживающие		Отд./корп	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо								
Завтрак	гор.блюдо	173/196	Каша рисовая вязкая	180/5	32,95	218	5	7	29,2		
			масло сливочное	5	5,50						
			рис	55	6,93						
			молоко	205	20,09						
			сахар	5	0,43						
	напиток	272/299	Кофейный напиток на молоке	200	11,06	109	3,2	2,8	18,5		
			кофейный напиток	2	0,40						
			сахар	10	0,86						
			молоко	100	9,80						
	хлеб	231/254	блины с маслом	80	8,71	80,8	2,32	4,08	12,72		
			мука	50	3,25						
			сахар	2	0,17						
			соль	1	0,04						
			дрожжи	0,5	0,01						
масло растительное			5	0,44							
г.п		яйцо вареное	40	4,80	63	5,08	4,6	0,28			
Итого				57,52	470,8	15,6	18,48	60,7			
Обед	закуска	36/44	Винегрет овощной с фасолью	100	12,80	95,2	4,32	17,9	15,3		
			картофель отварной	20	0,90						
			лук реп.	12	0,53						
			масло растительное	8	1,16						
			морковь	8	0,48						
			свекла	14	0,70						
			фасоль консервированная	26	2,55						
			огурец соленый	18	6,48						
			1 блюдо	60/73	суп картофельный с лапшой	200	5,94	88	2,24	2,2	11,24
			картофель		60	2,70					
	морковь	8	0,48								
	лук реп.	8	0,35								
	масло растительное	2	0,29								
	2 блюдо	93/107	Гуляш из отварной курицы	90	51,62	268,2	11,2	17,91	6,3		
			Филе курицы	100	48,00						
			морковь	13,5	0,81						
			лук реп.	11,2	0,49						
			мука	3,3	0,21						
			томатна паста	3,3	0,97						
	гарнир	202/225	масло растительное	7,8	1,13						
			картофель отварной с маслом	180/4	18,35	151	3,5	3,8	25		
			картофель	310	13,95						
			масло сливочное	4	4,40						
	напиток	276/303	яблочно-лимонный напиток	200	15,50	78	0,3	0,2	25,1		
			яблоко	57	10,26						
			сахар	20	1,72						
			лимон	16	3,52						
хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,36	93,5	3,5	0,5	24,15			
хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	40	1,44	74,4	2,3	0,3	14,8			
Итого				107,00	848,3	27,36	42,81	121,89			
Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (банан)	100	18,8	96	1,13	0,38	14,25		
	напиток	г.п.	сок фруктовый	200	16,6	92	1	0	25,4		
	сладкое	г.п.	пряник	50	7,5	200	1,8	6,5	34		
Итого				42,9	388	3,93	6,88	73,65			
Салат	39/47	Салат Студенческий	80/30	11,64	137	3,8	10,5	6,8			
		картофель	62	2,79							
		Морковь	27,5	1,65							
		зеленый горошек	27	5,4							
		яйцо	15	1,8							
		гарнир	99/113	Биточки мясные с соусом	80/30	40,4813	200	13,8	11,1	11,1	
				Биточки	80	37,6					
				соус	12,3	2,8813					
				лук реп.	0,5	0,022					
				томатна паста	3	0,879					
гор.блюдо	166/189	масло сливочное	1,7	1,87							
		мука	1,3	0,0845							
		сахар	0,03	0,0258							
		Каша перловая рассыпчат	150	10,285	76,5	4,2	5,7	2,4			
		Перловка	67	3,685							
хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	35	1,19	119,09	3,45	1,36	23,36			
		хлеб ржаной	35	1,26	74,4	2,3	0,3	14,8			
гор. Напиток	269/296	чай с сахаром	200	1,1752	35	0,1	0,03	9,9			
		чай	0,4	0,3152							
		сахар	10	0,86							
Итого				66,0315	641,99	23,85	18,49	61,56			
завтрак 2	кисломолочный напиток	г.п.	Кефир	200	18,4	100	5,8	5			
	сладкое	г.п.	Печенье сахарное	30	9,6	125,1	2,18	2,85	125,1		
Итого				28	225,1	7,98	86,66	317,8			
Итого за весь день				301,45	2574,19	78,72	173,32	635,6			



Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 приходящие			Отд./корт				День			
Прис м. пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор.блюдо	173/196	Каша рисовая вязкая	15	25,47	270,8	5,1	15,3	29,3		
			масло сливочное	5	5,50						
			рис	40	5,04						
			молоко	148	14,50						
			сахар	5	0,43						
	Фрукт	г.п	фрукт (банан)	190	35,72	70,88	1,13	0,38	14,25		
	напиток	г.п		кефир	200	18,40	100	5,8	5	8	
				бтерброд с маслом	3	4,32	106	5	3	14,5	
				масло сливочное	3	3,30					
				хлеб пшеничный	30	1,02					
г.п											
Итого					83,91	547,68	17,03	23,68	66,05		
Обед	закуска	36/44	Винегрет овощной с фасолью	100	12,45	95,2	4,32	17,9	15,03		
			картофель отварной	20	0,90						
			лук реп.	6	0,26						
			масло растительное	8	1,16						
			Фасоль консерв.	24	2,55						
			огурец соленый	18	6,48						
			свекла	14	0,70						
	морковь	8	0,40								
	1 блюдо	60/73		суп картофельный с лапшой	200	5,94	88	2,24	2,2	11,24	
				картофель	60	2,70					
				морковь	8	0,48					
				лук реп.	8	0,35					
				масло растительное	2	0,29					
	2 блюдо	119/135		Гуляш из мяса птицы	90	102,45	268,2	11,2	17,91	6,3	
				Филе куриное	198	95,04					
				морковь	19,1	1,15					
				мука	3,3	0,21					
				томатная паста	3,3	0,97					
				лук реп.	15,4	0,68					
				масло сливочное	4	4,40					
	гарнир	202/225		картофель отварной	150	18,35	121	3,5	3,8	25	
				Картофель	310	13,95					
				масло сливочное	4	4,40					
	напиток	276/303		яблочно-лимонный напиток	200	15,50	78	0,3	0,2	25,1	
				яблоко	57	10,26					
				сахар	20	1,72					
				лимон	16	3,52					
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,36	93,5	3,5	0,5	24,15		
хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	40	1,44	74,4	2,3	0,3	14,8			
Итого					157,49	818,3	27,36	42,81	121,62		
Итого за весь день					241,40	1365,98	44,39	66,49	187,67		

Основное организованное меню

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



Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет проживающие		Отд./корп	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор.блюдо	173/196	Каша рисовая вязкая	250	35,24	296	9,7	12	54,4		
			масло сливочное	7	7,70						
			рис	55	6,93						
			молоко	205	20,09						
			сахар	6	0,52						
	гор.напиток	272/299	кофейный напиток на молоке	200	11,30	109	3,2	2,8	18,5		
			молоко	100	9,80						
			кофейный напиток	8	0,64						
			сахар	10	0,86						
	хлеб	231/254	блины с маслом	100	10,02	226	5,4	7,6	33,4		
			мука	50	3,25						
			сахар	2	0,17						
			соль	1	0,04						
			дрожжи	1	0,03						
			масло растительное	3	0,44						
масло сливочное			5	5,50							
яйцо вареное	40	0,60									
Итого				56,56	631	18,3	22,4	106,3			
Обед	закуска	43/51	Бинегрет овощной с фасолью	100	28,31	95,2	4,32	17,9	15,03		
			картофель отварной	25	1,13						
			лук реп.	14	0,62						
			масло растительное	10	14,50						
			фасоль консервированная	27	2,65						
			морковь	10	0,60						
			свекла	18	0,90						
			огурец соленый	22	7,92						
			1 блюдо	60/73	суп картофельный с лапшой	250	8,82	110	2,8	2,75	17,8
			картофель		93	4,19					
	морковь	12,5	0,75								
	лук реп.	11,5	0,51								
	масло растительное	3	0,73								
	2 блюдо	93/107	Гуляш из отварной курицы	100	109,99	323	22,5	19,9	7		
	Филе курицы		220	105,60							
	морковь		17	1,02							
	лук реп.		11,2	0,49							
	томатная паста		4	1,17							
	масло растительное		10	1,45							
	гарнир	129/151	картофель отварной с маслом	180/7	8,38	207	11,5	6,4	32		
	картофель		310	2,88							
	масло сливочное		5	5,50							
	напиток	276/303	яблочно-лимонный напиток	200	15,50	101	0,3	0,2	2,5		
	яблоко		57	10,26							
	сахар		20	1,72							
лимон	16		3,52								
хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	50	1,70	245	7	1,2	50,8			
хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	40	1,44	74,4	2,3	0,3	14,8			
Итого				174,14	1155,6	50,72	48,65	139,93			
Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (банан)	150	35,72	144	2,3	0,8	31,5		
	напиток	г.п.	сок фруктовый	200	16,6	92	1	0	25,4		
	сладкое	г.п.	пряник	50	12,5	200	1,8	6,5	34		
Итого				64,82	436	5,1	7,3	90,9			
Завтрак 2	закуска	39/47	Салат Студенческий	100	7,905	137	3,8	10,5	6,8		
			картофель	45	2,025						
			морковь	27,5	1,65						
			зеленый горошек консерв.	27	2,43						
			яйцо вареное	15	1,8						
			гарнир	99/113	Биточки мясные с маслом	120/50	50,647	315	21,1	15	14,2
			Биточки		100	47					
			Соус		5,3	3,647					
			лук реп.		1	0,044					
			томатная паста		5	1,465					
	масло сливочное	0,7	0,77								
	мука	2	0,13								
	морковь	3	0,18								
	сахар	0,5	0,043								
	масло растительное	7	1,015								
	гор.блюдо	166/189	Каша перловая рассыпчатая	200	10,285	240	21,1	15	14,2		
	перловка		67	3,685							
	масло сливочное		6	6,6							
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	55	1,87	131	3,8	1,8	25,7		
	хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	40	1,44	74,4	2,3	0,3	14,8		
	гор. Напиток	269/296	чай с сахаром	200	1,1752	35	0,1	0,03	9,9		
	чай		0,4	0,3152							
	сахар		10	0,86							
	Итого					65,4172	795,4	48,4	32,13	78,8	
	завтрак 2	кисломолочный напиток	г.п.	кефир	200	18,4	100	5,8	5	8	
сладкое		г.п.	Печенье сахарное	40	12,8	166,8	2,9	3,8	166,8		
Итого				31,2	266,8	8,7	8,8	174,8			
Итого за весь день				392,13	3284,8	131,22	119,28	590,73			

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



Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15		Отд./корп					День	Понедельник	
Приём пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	173/196	Каша рисовая вязкая	250	35,24	296	9,7	12		
			масло сливочное	7	7,70					
			рис	55	6,93					
			молоко	205	20,09					
			сахар	6	0,52					
			кефир	200	18,40	100	5,8	5	8	
	фрукт	г.п	02.окт	Фрукт (банан)	200	37,60	179,3	1,13	0,38	14,25
				Бутерброд с маслом	200	5,67	328	6,7	9,6	13,2
				масло сливочное	5	5,50				
				хлеб пшеничный	40	0,17				
Итого				96,91	903,3	23,33	26,90	89,85		
Обед	закуска	43/51	Винегрет овощной с фасолью	100	3,83	95,2	4,32	17,9	15,03	
			картофель отварной	25	1,13					
			лук реп.	14	0,62					
			масло растительное	10	1,45					
			Фасоль консерв.	30	2,94					
			свекла	18	0,90					
	1 блюдо	60/73		суп картофельный с лапшой	250	8,53	110	2,8	2,75	17,8
				картофель	93	4,19				
				морковь	12,5	0,75				
				лук реп.	11,5	0,51				
				масло растительное	3	0,44				
				лапша	10	2,65				
	2 блюдо	119/135		Гуляш из мяса птицы	100	110,64	323	22,5	19,9	7
				Филе курицы	220	105,60				
				мука	4	0,26				
				лук реп.	18,7	0,82				
				морковь	22,3	1,34				
				масло растительное	10	1,45				
	гарнир	202/169		томатная паста	4	1,17				
				картофель отварной	180	18,35	151	3,5	3,8	25
				картофель	310	13,95				
				масло сливочное	4	4,40				
	напиток	276/303		яблочно-лимонный напиток	200	15,50	101	0,3	0,2	2,5
				яблоко	57	10,26				
				сахар	20	1,72				
				лимон	16	3,52				
	хлеб бел.	г.п.		хлеб пшеничный	40	1,36	93,5	3,5	0,5	24,15
				хлеб ржаной	40	1,44	74,4	2,3	0,3	14,8
Итого				50,18	948,1	39,22	45,35	106,28		
Итого за весь день					147,09	1851,4	62,55	72,33	196,13	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 229723484149701461558283897186772312471353484434

Владелец Делявская Наталья Анатольевна

Действителен с 28.11.2024 по 28.11.2025