

## Основное организованное меню

Утверждаю \_\_\_\_\_ директор  
МБОУ Целинной ОШИ №15 Н.А.  
Деляская

Школа		МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет проживающие			Отд./норм		Среда 05.03.2025г.																
Прием лица	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы														
Завтрак	гор.блюдо	182/205	каша манная молочная жидкая	250	32,54	325	10,2	12,8	42,3														
			крупа манная	39	2,34																		
			молоко	220	21,56																		
			Сахар	6	0,52																		
			масло сливочное	7	8,12																		
	гор.напиток	275/302	какао на сгущенном молоке	200	6,08	120	3,5	3,4	19,6														
			какао порошок	2	0,30																		
			молоко сгущенное	38	5,78																		
	хлеб	4/12.	бутерброд с повидлом	43/40/10	20,07	349	4,1	12,6	55,6														
			хлеб пшеничный	30	1,17																		
			повидло	40	10,60																		
<b>Итого</b>					<b>58,69</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	33,65	81	0,7	7,4	2,9														
			огурец свежий	50	15,50																		
			помидор	47	16,45																		
			лук реп.	18	0,79																		
			масло растительное	5	0,80																		
			кислота лимонная	0,5	0,008																		
			сахар	1	0,09																		
			соль	0,3	0,01																		
					рассольник Ленинградский					250/10	25,24	120	18,16	5,3	15,4								
			1 блюдо	56/69	картофель					93,3	4,20												
	крупа перловая	5			0,28																		
	морковь	12,5			0,75																		
	лук реп.	6,6			0,29																		
	масло сливочное	5			5,80																		
	огурец соленый	26,6			9,84																		
	сметана	10			4,09																		
					рыба припущенная "Минтай"	100	58,27	259,2	3	14,5	2,16												
	2 блюдо	77/91			морковь	4	0,24																
					минтай	246	57,81																
			лук реп.	5	0,22																		
			гарнир	131/153	картофельное пюре	180	18,46					168	3,7	6,3	23,4								
					картофель	193,5	8,71																
					масло сливочное	6	6,96																
					молоко кипяченое	28,5	2,79																
							кисель плодово-ягодный									200	12,00	76	0	0	20		
					напиток	291/318	хлеб пшеничный									40	1,56					93,5	3,5
							хлеб ржаной	40	1,60														
	соус белый основной	20					1,58	49,2	3,76	3,48	0,76												
	мука	1,25					0,08																
	лук реп.	1					0,04																
масло сливочное	1,25	1,45																					
<b>Итого</b>							<b>152,35</b>					<b>921,3</b>	<b>35,12</b>	<b>37,78</b>	<b>103,57</b>								
Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (яблоко)	180			32,4					33,3	0,3	0,3	6,75								
	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								
<b>Итого</b>					<b>61,5</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	9,6653	67	0,9					3,4	8,4										
			морковь	80	4,8																		
			яблоко	23	4,14																		
			масло растительное	4	0,64																		
			кислота лимонная	0,3	0,0045																		
			Сахар	0,8	0,0688																		
			соль	0,3	0,012																		
			гор.блюдо	123/145	плов с мясом птицы			200	64,807	522	21			27	44,2								
					куры			196,5	55,02														
					лук реп.			12,5	0,55														
	морковь	13			0,78																		
	крупа рисовая	47			6,11																		
	масло растительное	10,5			1,68																		
	томатна паста	2,3			0,667																		
	хлеб бел.	г.п.			хлеб пшеничный	40	1,56	93,5	3,5			0,5	24,15										
	хлеб черн.	г.п.			хлеб ржаной	40	1,6									74,4	2,3	0,3	14,8				
	гор.напиток	268/295			чай с сахаром	200/20	1,2													114,8	0,1	0,03	30,1
			чай	0,4	0,34																		
			сахар	10	0,86																		
			<b>Итого</b>							<b>78,8323</b>	<b>871,7</b>			<b>27,8</b>	<b>31,23</b>								
завтрак 2			кисломолочный напиток	г.п.	кефир	200	19,2			100	5,8			5	8								
			сладкое	252/276	ватрушка с творогом	50	13,126012			136	5,8			3,6	19,4								
					мука	25	1,625																
					сахар	1,3	0,1118																
					масло сливочное	1	1,16																
					яйцо	8шт	0,896																
	дрожжи	0,2			0,0052																		
	соль	0,4			0,015																		
	масло растительное	0,2			0,032																		
	ванилин	0,002			0,000012																		
	творог	16			9,28																		
	<b>Итого за весь день</b>					<b>383,70</b>	<b>3143,3</b>	<b>95,42</b>	<b>113,21</b>			<b>373,32</b>											

Утверждаю \_\_\_\_\_ директор  
МБОУ Целинной ОШИ №15 Н.А.  
Делявская

### Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет приходящие			Стд./корп					Среда 05.03.2025г.		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор.блюдо	182/205	каша манная молочная жидкая	29	32,54	210	10,2	12,8	42,3		
			крупа манная	39	2,34						
			молоко	220	21,56						
			Сахар	6	0,52						
			масло сливочное	7	8,12						
	гор.напиток	275/302	какао на сгущенном молоке	200	6,08	120	3,5	3,4	19,6		
			какао порошок	2	0,30						
	напиток	г.п.	кефир	200	19,20	100	5,8	5	8		
	Фрукт	г.п.	фрукт (Яблоко)	180	32,40	33,3	0,3	0,3	6,755		
	хлеб	4/12.	бутерброд с повидлом	30/40/10	23,01	122	2,4	7,5	36,9		
масло сливочное			10	11,60							
повидло			40	10,60							
<b>Итого</b>				<b>113,23</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	33,65	81	0,7	7,4	2,9		
			огурец свежий	50	15,50						
			помидор	47	16,45						
			лук реп.	18	0,79						
			масло растительное	5	0,80						
			кислота лимонная	0,5	0,01						
			сахар	1	0,09						
			соль	0,3	0,01						
			1 блюдо	56/69	рассольник Ленинградский	250/10	25,24	120	18,16	5,3	15,4
					картофель	93,3	4,20				
	крупа перловая	5			0,28						
	морковь	12,5			0,75						
	лук реп.	6,6			0,29						
	масло сливочное	5			5,80						
	огурец соленый	26,6			9,84						
	2 блюдо	77/91	рыба припущенная "Минтай"	100	58,27	259,2	3	14,5	2,16		
			морковь	4	0,24						
			минтай	246	57,81						
			лук реп.	5	0,22						
	гарнир	131/153	картофельное пюре	180	18,46	168	3,7	6,3	23,4		
			картофель	193,5	8,71						
			масло сливочное	6	6,96						
			молоко кипяченое	28,5	2,79						
	напиток	291/318	кисель плодово - ягодный	200	12,00	76	0	0	20		
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,56	93,5	3,5	0,5	24,15		
	хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	40	1,60	74,4	2,3	0,3	14,8		
	соус	227/250	соус белый основной	20	1,58	61,5	4,7	4,35	0,95		
			мука	1,25	0,08						
			лук реп.	1	0,04						
			масло сливочное	1,25	1,45						
<b>Итого</b>				<b>152,35</b>	<b>933,6</b>	<b>36,06</b>	<b>38,65</b>	<b>103,76</b>			
Итого за весь день				<b>265,58</b>	<b>1518,9</b>	<b>58,26</b>	<b>67,65</b>	<b>217,315</b>			

Утверждаю \_\_\_\_\_  
 директор МБОУ  
 Целинной ОШИ №15  
 Н.А. Делявская

Основное организованное меню

Школа		МБОУ Целинной ОШИ №15		Отд./карт		Дени		Среды				
7-11 лет проживающие								05.03.2025г				
Приним. пищи	Раздел	№ рец.	Блюда	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	гор.блюдо	182/205	каша манная молочная жидкая	180/5	23,39	234	7,3	9,2	30,5			
			крупа манная	28	1,68							
			молоко	158	15,48							
			Сахар	5	0,43							
			масло сливочное	5	5,80							
	гор.напиток	275/302	какао на сгущенном молоке	200	4,78		3,5	3,4	19,6			
			какао порошок	2	0,30							
			молоко сгущенное	38	5,78							
	хлеб	4/12	г.п.	яйцо вареное	40	4,48						
				бутерброд с повидлом	40-50-10	26,41	222	2,4	7,5	36,9		
				масло сливочное	10	11,60						
				хлеб пшеничный	40	1,56						
			повидло	50	13,25							
<b>Итого</b>					<b>54,59</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	23,95	81	0,7	7,4	2,9			
			огурец свежий	30	9,30							
			помидор	38	13,30							
			лук реп.	10	0,44							
			масло растительное	5	0,80							
			кислота лимонная	0,5	0,008							
			сахар	1	0,09							
			соль	0,3	0,01							
			рассольник									
			1 блюдо	56/69	Ленинградский	250/10	25,24	120	18,16	5,3	15,4	
			картофель	93,3	4,20							
			крупа перловая	5	0,28							
			морковь	12,5	0,75							
			лук реп.	6,5	0,29							
			масло сливочное	5	5,80							
			огурец соленый	26,6	9,84							
			сметана	10	4,09							
	2 блюдо	77/91	г.п.	рыба припущенная "Минтай"	90	46,62	224	18,2	10,2	2		
				минтай	196	46,06						
				морковь	5	0,30						
				лук реп.	6	0,26						
	соус	227/250	г.п.	соус белый основной	20	1,58	49,2	3,76	3,48	0,76		
				лук реп.	1	0,04						
				масло сливочное	1,25	1,45						
				мука	1,25	0,08						
	гарнир	131/153	г.п.	картофельное пюре	150	15,40	140	1,8	1,2	0,81		
				картофель	161,5	7,27						
				масло сливочное	5	5,80						
				молоко кипяченое	23,75	2,33						
	напиток	291/318	г.п.	кисель плодово-ягодный	200	12,00	76	0	0	20		
				хлеб бел.	40	1,56	93,5	3,5	0,5	24,15		
				хлеб черн.	40	1,60	65,1	2,01	0,26	1,04		
<b>Итого</b>				<b>127,94</b>	<b>848,8</b>	<b>48,13</b>	<b>28,34</b>	<b>87,06</b>				
Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (яблоко)	180	32,4	33,3	0,3	0,3	6,75			
			напиток	200	16,6	92	1	0	25,4			
			сладкое	50	12,5	200	1,8	6,5	34			
<b>Итого</b>				<b>61,5</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 яблоком	100	12,8653	67	0,9	3,4	8,4			
			морковь	80	4,8							
			яблоко	23	4,14							
			масло растительное	24	3,84							
			кислота лимонная	0,3	0,0045							
			Сахар	0,8	0,0688							
			соль	0,3	0,012							
			гор.блюдо	123/145	г.п.	плов с мясом птицы	170	54,1012	443,7	12,1	9,2	36,8
						куры	160,5	44,94				
						масло растительное	3,5	0,56				
	лук реп.	10,8				0,4752						
	морковь	11,5				0,69						
	крупа рисовая	41				5,33						
	масло растительное	9,5				1,52						
				томатная паста	2	0,586						
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,56	93,5	3,5	0,5	24,15			
			хлеб черн.	40	1,6	74,4	2,3	0,3	14,8			
	гор напиток	268/295	г.п.	чай с сахаром	200	1,2	35	0,1	0,03	9,9		
				чай	0,4	0,34						
				сахар	10	0,86						
	<b>Итого</b>				<b>71,3265</b>	<b>713,6</b>	<b>18,9</b>	<b>13,43</b>	<b>94,05</b>			
	завтрак 2	кисломолочный напиток	г.п.	252/276	Кефир	200	19,2	100	5,8	5	8	
				252/276	ватрушка с творогом	50	15,11981	136	5,8	3,6	19,4	
					мука	32	2,08					
					сахар	3,1	0,2666					
					масло сливочное	2	2,32					
					яйцо	8шт	1,12					
дрожжи					0,2	0,0052						
соль					0,4	0,016						
масло растительное					0,2	0,032						
ванилин					0,002	0,000012						
творог					16	9,28						
<b>Итого</b>								<b>34,31981</b>	<b>236</b>	<b>11,6</b>	<b>8,6</b>	<b>27,4</b>
<b>Итого за весь день</b>				<b>349,68</b>	<b>2579,7</b>	<b>94,81</b>	<b>77,27</b>	<b>341,66</b>				

Утверждаю \_\_\_\_\_ директор  
МБОУ Целинной ОШИ №15 Н.А.  
Делявская

## Основное организованное меню

Школа		МБОУ Целинная ОШИ № 15 1-4 классы 7-11 приходящие							Среда 05.03.2025г	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	182/205	каша манная молочная жидкая	150	23,39	234	7,3	9,2	30,5	
			крупа манная	28	1,68					
			молоко	158	15,48					
			Сахар	5	0,43					
	гор.напиток	275/302	какао на сгущенном молоке	200	6,08	120	3,5	3,4	19,6	
			какао порошок	2	0,30					
	напиток	г.п.	кефир	200	19,20	100	5,8	5	8	
			фрукт (Яблоко)	180	33,84	33,3	0,3	0,3	6,75	
	хлеб	4/12.	бутерброд с повидлом	30/40/10	20,07	222	2,4	7,5	36,9	
			хлеб пшеничный	30	1,17					
			повидло	40	10,60					
<b>Итого</b>					<b>102,58</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	23,95	61	0,7	7,4	2,9	
			огурец свежий	30	9,30					
			помидор	38	13,30					
			лук реп.	10	0,44					
			масло растительное	5	0,80					
			кислота лимонная	0,5	0,008					
			сахар	1	0,09					
			соль	0,3	0,01					
	1 блюдо	56/69	рассольник Ленинградский	250/10	25,24	120	18,16	5,3	15,4	
			картофель	93,3	4,20					
			крупа перловая	5	0,28					
			морковь	12,5	0,75					
			лук реп.	6,6	0,29					
			масло сливочное	5	5,80					
			огурец соленый	26,6	9,84					
	2 блюдо	77/91	рыба припущенная "Минтай"	90	46,62	226	18,2	10,2	2	
			минтай	196	46,06					
			морковь	5	0,30					
			лук реп.	6	0,26					
	соус	227/250	соус белый основной	20	1,58	45,2	3,76	3,48	0,76	
			лук реп.	1	0,04					
			масло сливочное	1,25	1,45					
	гарнир	131/153	мука	1,25	0,08					
картофельное пюре			150	15,40	140	1,8	1,2	0,81		
картофель			161,5	7,27						
масло сливочное			5	5,80						
напиток	291/318	молоко кипяченое	23,75	2,33						
		кисель плодово - ягодный	200	12,00	76	0	0	20		
хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,56	93,5	3,5	0,5	24,15		
хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	40	1,60	65,1	2,01	0,26	1,04		
<b>Итого</b>					<b>127,94</b>	<b>826,8</b>	<b>48,13</b>	<b>28,34</b>	<b>67,06</b>	
<b>Итого за весь день</b>					<b>230,53</b>	<b>1536,1</b>	<b>67,43</b>	<b>53,74</b>	<b>168,81</b>	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 229723484149701461558283897186772312471353484434

Владелец Делявская Наталья Анатольевна

Действителен с 28.11.2024 по 28.11.2025