

## Основное организованное меню



Школа		МБОУ Целинная ОШИ № 15 1-4 классы 7-11 приходящие					Отд./корп		Среды		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	02.04.2025	
Завтрак	гор.блюдо	182/205	каша манная молочная жидкая	150	23,39	234	7,3	9,2	30,5		
			круп манная	28	1,68						
			молоко	158	15,48						
				Сахар	5	0,43					
				масло сливочное	5	5,80					
	гор.напиток	275/302	какао на гущенном молоке	200	6,08	120	3,5	3,4	19,6		
			какао порошок	2	0,30						
				молоко сгущенное	38	5,78					
	напиток	г.п.		кефир	200	19,20	100	5,8	5	8	
	фрукт	г.п.		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					
				круп 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					
	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					
				мука	1,25	0,08					
	гарнир	131/153		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		кисель фруктовое - 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>		

## Основное организованное меню



Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет приходящие			Отд./корп	Цена	Калорийность	Среда 02.04.2025г.		
	Прием пищи	Раздел	№ рец.				Блюдо	Выход, г	Белки
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 гущенном молоке	200	6,08	120	3,5	3,4	19,6
			какао порошок	2	0,30				
			молоко гущенное	38	5,78				
	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				
	сметана	10	4,09						
	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				
	гарнир	131/153	лук реп.	5	0,22				
			картофельное пюре	180	18,46	168	3,7	6,3	23,4
			картофель	193,5	8,71				
			масло сливочное	6	6,96				
	напиток	291/318	молоко кипяченое	28,5	2,79				
			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>
<b>Итого за весь день</b>					<b>265,58</b>	<b>1518,9</b>	<b>58,26</b>	<b>67,65</b>	<b>217,315</b>

Утверждено: \_\_\_\_\_ директор  
 МБОУ Целинная ОШ №15 г. Деларская

### Основное организованное меню



Школа		МБОУ Целинная ОШ № 15 12-18 лет проживающие			Отд./корп		Среды 02.04.2025г.				
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор.блюдо	182/205	каша манная молочная	250	32,54	325	10,2	12,8	47,2		
			крупа манная	39	2,34						
			молоко	220	21,56						
			Сахар	6	0,52						
	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						
			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 фруктовое - ягодный	200	12,00	76	0	0	20		
			хлеб бел. г.п.	40	1,56	93,5	3,5	0,5	24,15		
			хлеб ржаной г.п.	40	1,60	74,4	2,3	0,3	14,8		
			соус	227/250	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.	180	32,4	33,3	0,3	0,3	6,75				
	напиток г.п.	200	16,6	92	1	0	25,4				
	сладкое г.п.	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	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	0,0888						
	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						
			томатная паста	2,3	0,667						
			хлеб бел. г.п.	40	1,56	93,5	3,5	0,5	24,15		
			хлеб черн. г.п.	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>	<b>121,65</b>	
завтрак 2	кисло-молочный напиток сладкое	252/276	кефир	200	19,2	100	5,8	5	8		
			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	0,016						
			масло растительное	0,2	0,032						
			ванилин	0,002	0,000012						
			творог	16	9,28						
<b>Итого за весь день</b>					<b>583,70</b>	<b>3148,3</b>	<b>95,42</b>	<b>113,21</b>	<b>373,52</b>		

Утверждаю  
 Директор МБОУ  
 Целинной ОШИ №15  
 Н.А. Делянская

Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 лет проживающие		Отд./корп	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы			
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо									
Завтрак	гор.блюдо	182/205	каша манная молочная жидкая	180/5.	23,39	234	7,3	9,2	30,7			
			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.	бутерброд с повидлом	яйцо вареное	40	4,48						
				масло сливочное	40-50-10	26,41	222	2,4	7,5	36,9		
				хлеб пшеничный	10	11,60						
				хлеб пшеничный	40	1,56						
				повидло	40	1,56						
Итого Обед					54,99	456	13,2	20,1	87			
	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							
			1 блюдо	56/69	рассольник Ленинградский	картофель	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										
2 блюдо	77/91	рыба припущенная "Минтай"	огурец соленый	26,6	9,84							
			сметана	10	4,09							
			минтай	90	46,62	224	18,2	10,2	2			
			морковь	196	46,06							
соус	227/250	соус белый основной	морковь	5	0,30							
			лук реп.	6	0,26							
			соус белый основной	20	1,58	49,2	3,76	3,48	0,76			
гарнир	131/153	картофельное пюре	лук реп.	1	0,04							
			масло сливочное	1,25	1,45							
			мука	1,25	0,08							
			картофельное пюре	150	15,40	140	1,8	1,2	0,81			
напиток	291/318	кисель плодово - ягодный	картофель	161,5	7,27							
			масло сливочное	5	5,80							
			молоко кипяченое	23,75	2,33							
			хлеб бел.	40	1,56	93,5	3,5	0,5	24,15			
			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			
			хлеб черн.	40	1,60	65,1	2,01	0,26	1,04			
			хлеб ржаной	40	1,60	65,1	2,01	0,26	1,04			
			хлеб ржаной	40	1,60	65,1	2,01	0,26	1,04			
			хлеб ржаной	40	1,60	65,1	2,01	0,26	1,04			
Итого Полдник					127,94	848,8	48,13	28,34	67,06			
	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			
Итого Ужин					61,5	325,3	3,1	6,8	66,15			
	закуска	18/26	салат из моркови с яблоком	панинг	50	12,5	200	1,8	6,5	34		
				панинг	50	12,5	200	1,8	6,5	34		
панинг				50	12,5	200	1,8	6,5	34			
панинг				50	12,5	200	1,8	6,5	34			
панинг				50	12,5	200	1,8	6,5	34			
панинг				50	12,5	200	1,8	6,5	34			
панинг				50	12,5	200	1,8	6,5	34			
панинг				50	12,5	200	1,8	6,5	34			
панинг				50	12,5	200	1,8	6,5	34			
панинг				50	12,5	200	1,8	6,5	34			
гор.блюдо	123/145	плов с мясом птицы	панинг	50	12,5	200	1,8	6,5	34			
			панинг	50	12,5	200	1,8	6,5	34			
			панинг	50	12,5	200	1,8	6,5	34			
			панинг	50	12,5	200	1,8	6,5	34			
			панинг	50	12,5	200	1,8	6,5	34			
			панинг	50	12,5	200	1,8	6,5	34			
			панинг	50	12,5	200	1,8	6,5	34			
			панинг	50	12,5	200	1,8	6,5	34			
			панинг	50	12,5	200	1,8	6,5	34			
			панинг	50	12,5	200	1,8	6,5	34			
			панинг	50	12,5	200	1,8	6,5	34			
			панинг	50	12,5	200	1,8	6,5	34			
			Итого завтрак 2					71,3265	713,6	18,9	13,43	94,05
кисломолочный напиток	г.п.	Кефир		панинг	50	12,5	200	1,8	6,5	34		
				панинг	50	12,5	200	1,8	6,5	34		
				панинг	50	12,5	200	1,8	6,5	34		
				панинг	50	12,5	200	1,8	6,5	34		
				панинг	50	12,5	200	1,8	6,5	34		
				панинг	50	12,5	200	1,8	6,5	34		
				панинг	50	12,5	200	1,8	6,5	34		
				панинг	50	12,5	200	1,8	6,5	34		
				панинг	50	12,5	200	1,8	6,5	34		
				панинг	50	12,5	200	1,8	6,5	34		
сладкое	252/276	ватрушка с творогом		панинг	50	15,1981	136	5,8	3,6	19,4		
				панинг	50	15,1981	136	5,8	3,6	19,4		
			панинг	50	15,1981	136	5,8	3,6	19,4			
Итого Итого за весь день					349,63	2579,7	94,53	77,27	341,66			



**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 229723484149701461558283897186772312471353484434

Владелец Делявская Наталья Анатольевна

Действителен с 28.11.2024 по 28.11.2025