

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

Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 лет проживающие			Отд./корп				День	Средн		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор.блюдо	182/205	каша манная молочная жидкая	180/5.	24,09	234	7,3	9,2	30,5		
			крупа манная	28	1,68						
			молоко	158	15,48						
			Сахар	5	0,43						
			масло сливочное	5	6,50						
	гор.напиток	275/302	какао на сгущенном молоке	200	3,93		3,5	3,4	19,6		
			какао порошок	2	0,33						
			молоко сгущенное	38	5,89						
	хлеб	4/12.	яйцо вареное	40	3,60						
			бутерброд с повидлом	40-50-10	27,81	222	2,4	7,5	36,9		
		масло сливочное	10	13,00							
		хлеб пшеничный	40	1,56							
		повидло	50	13,25							
Итого					55,83	456	13,2	20,1	87		
Обед	закуска	20/28	салат "из свежих огурцов и помидор"	60	20,77	81	0,7	7,4	2,9		
			огурец свежий	30	5,10						
			помидор	38	14,06						
			лук реп.	10	0,70						
			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	29,77	120	18,16	5,3	15,4
					картофель	93,3	6,34				
	крупа перловая	5			0,28						
	морковь	12,5			0,79						
	лук реп.	6,6			0,46						
	масло сливочное	5			6,50						
	огурец соленый	26,6			11,17						
	сметана	10			4,23						
	2 блюдо	77/91	рыба припущенная "Минтай"	90	51,70	224	18,2	10,2	2		
			минтай	196	50,96						
			морковь	5	0,32						
			лук реп.	6	0,42						
	соус	227/250	соус белый основной	20	1,78	49,2	3,76	3,48	0,76		
			лук реп.	1	0,07						
			масло сливочное	1,25	1,63						
			мука	1,25	0,08						
	гарнир	131/153	картофельное пюре	150	19,81	140	1,8	1,2	0,81		
			картофель	161,5	10,98						
			масло сливочное	5	6,50						
			молоко кипяченое	23,75	2,33						
			напиток	291/318	кисель плодово - ягодный	200	12,00	76	0	0	20
					хлеб бел.	г.п.	1,56	93,5	3,5	0,5	24,15
					хлеб черн.	г.п.	1,60	65,1	2,01	0,26	1,04
Итого					138,98	848,8	48,13	28,34	67,06		
Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (яблоко)	180	41,4	33,3	0,3	0,3	6,75		
	напиток	г.п.	сок фруктовый	200	17	92	1	0	25,4		
	сладкое	г.п.	пряник	50	12,5	200	1,8	6,5	34		
Итого					70,9	325,3	3,1	6,8	66,15		
Ужин	закуска	18/26	салат из моркови с яблоком	100	14,2553	67	0,9	3,4	8,4		
			морковь	80	5,04						
			яблоко	23	5,29						
			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	плов с мясом птицы	170	55,2545	443,7	12,1	9,2	36,8		
			куры	160,5	44,94						
			масло растительное	3,5	0,56						
			лук реп.	10,8	0,756						
			морковь	11,5	0,7245						
			крупа рисовая	41	6,15						
			масло растительное	9,5	1,52						
			томатна паста	2	0,604						
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,56	93,5	3,5	0,5	24,15		
			хлеб черн.	г.п.	1,6	74,4	2,3	0,3	14,8		
	гор напиток	268/295	чай с сахаром	200	1,1936	35	0,1	0,03	9,9		
			чай	0,4	0,3336						
			сахар	10	0,86						
Итого					73,8634	713,6	18,9	13,43	94,05		
завтрак 2	кисломолочный напиток	г.п.	Кефир	200	20,8	100	5,8	5	8		
			ватрушка с творогом	50	10,17861	136	5,8	3,6	19,4		
	сладкое	252/276	мука	32	2,08						
			сахар	3,1	0,2666						
			масло сливочное	2	2,6						
			яйцо	8шт	0,72						
			дрожжи	0,2	0,144						
			соль	0,4	0,016						
			масло растительное	0,2	0,032						
			ванилин	0,002	0,000012						
			творог	16	4,32						
Итого					30,97861	236	11,6	8,6	27,4		
Итого за весь день					370,55	2579,7	94,93	77,27	341,66		

Основное организованное меню

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

Основное организационное меню									
Целинная ОШ № 15									
Школа	1-4 классы 7-11 приходящие			Отд./корп				День	Среда 03.09.2025г
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	182/205	каша манная молочная жидкая	150	24,09	234	7,3	9,2	30,5
			крупа манная	28	1,68				
			молоко	158	15,48				
			Сахар	5	0,43				
			масло сливочное	5	6,50				
	гор.напиток	275/302	какао на сгущенном молоке	200	6,22	120	3,5	3,4	19,6
			какао порошок	2	0,33				
			молоко сгущенное	38	5,89				
	напиток	г.п.	кефир	200	20,80	100	5,8	5	8
	фрукт	г.п.	фрукт (Яблоко)	180	41,40	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					
Итого				112,58	709,3	19,3	25,4	101,75	
Обед	закуска	20/28	салат "Из свежих огурцов и помидор"	100	20,77	61	0,7	7,4	2,9
			огурец свежий	30	5,10				
			помидор	38	14,06				
			лук реп.	10	0,70				
			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	29,77	120	18,16	5,3	15,4
			картофель	93,3	6,34				
			крупа перловая	5	0,28				
			морковь	12,5	0,79				
			лук реп.	6,6	0,46				
			масло сливочное	5	6,50				
			огурец соленый	26,6	11,17				
			сметана	10	4,23				
	2 блюдо	77/91	рыба припущенная "Минтай"	90	51,70	226	18,2	10,2	2
			минтай	196	50,96				
			морковь	5	0,32				
			лук реп.	6	0,42				
	соус	227/250	соус белый основной	20	1,78	45,2	3,76	3,48	0,76
			лук реп.	1	0,07				
			масло сливочное	1,25	1,63				
			мука	1,25	0,08				
	гарнир	131/153	картофельное пюре	150	19,81	140	1,8	1,2	0,81
			картофель	161,5	10,98				
			масло сливочное	5	6,50				
			молоко кипяченое	23,75	2,33				
	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	65,1	2,01	0,26	1,04
	Итого				138,98	826,8	48,13	28,34	67,06
Итого за весь день					251,56	1536,1	67,43	53,74	168,81

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

Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет приходящие			Отд./корп				День	Среда 03.09.2025г.		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор.блюдо	182/205	каша манная молочная	29	33,52	210	10,2	12,8	42,3		
			жидкая	39	2,34						
			крупа манная	220	21,56						
			молоко	6	0,52						
			Сахар	7	9,10						
	гор.напиток	275/302	масло сливочное	200	6,22	120	3,5	3,4	19,6		
			какао на гущенном молоке	2	0,33						
			какао порошок	38	5,89						
	напиток	г.п.	кефир	200	20,80	100	5,8	5	8		
	Фрукт	г.п.	фрукт (Яблоко)	180	41,40	33,3	0,3	0,3	6,755		
	хлеб	4/12.	бутерброд с повидлом	30/40/10	24,01	122	2,4	7,5	36,9		
			масло сливочное	10	12,60						
		повидло	40	10,60							
Итого					125,95	585,3	22,2	29	113,555		
Обед	закуска	14/22	салат "Из свежих огурцов и помидор"	100	28,06	81	0,7	7,4	2,9		
			огурец свежий	50	8,50						
			помидор	47	17,39						
			лук реп.	18	1,26						
			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	29,77	120	18,16	5,3	15,4		
			картофель	93,3	6,34						
			крупа перловая	5	0,28						
			морковь	12,5	0,79						
			лук реп.	6,6	0,46						
			масло сливочное	5	6,50						
			огурец соленый	26,6	11,17						
			сметана	10	4,23						
	2 блюдо	77/91	рыба припущенная "Минтай"	100	64,56	259,2	3	14,5	2,16		
			морковь	4	0,25						
			минтай	246	63,96						
			лук реп.	5	0,35						
	гарнир	131/153	картофельное пюре	180	23,75	168	3,7	6,3	23,4		
			картофель	193,5	13,16						
			масло сливочное	6	7,80						
			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	1,78	61,5	4,7	4,35	0,95		
			мука	1,25	0,08						
			лук реп.	1	0,07						
			масло сливочное	1,25	1,63						
Итого					163,07	933,6	36,06	38,65	103,76		
Итого за весь день					289,02	1518,9	58,26	67,65	217,315		

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

Школа				МБОУ Целинная ОШ № 15		Отд./корп		Среды											
Прием пищи		Раздел		№ рец.		Блюдо		Выход, г		Цена		Калорийность		Белки		Жиры		Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	182/205	каша манная молочная жидкая		250	33,52	325	10,2	12,8	42,3									
			крупа манная		39	2,34													
			молоко		220	21,56													
			Сахар		6	0,52													
			масло сливочное		7	9,10													
	гор.напиток	275/302	какао на гущенном молоке		200	6,22	120	3,5	3,4	19,6									
			какао порошок		2	0,33													
			молоко гущенное		38	5,89													
	хлеб	4/12.	бутерброд с повидлом		43/40/10	20,07	349	4,1	12,6	55,6									
			хлеб пшеничный		30	1,17													
Итого						10,60													
Обед	закуска	20/28	салат "из свежих огурцов и помидор"		100	28,06	81	0,7	7,4	2,9									
			огурец свежий		50	8,50													
			помидор		47	17,39													
			лук реп.		18	1,26													
			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	29,77	120	18,16	5,3	15,4							
	картофель				93,3	6,34													
	крупа перловая				5	0,28													
	морковь				12,5	0,79													
	лук реп.				6,6	0,46													
	масло сливочное				5	6,50													
	огурец соленый				26,6	11,17													
	сметана				10	4,23													
	2 блюдо	77/91			рыба припущенная "Минтай"		100	64,56	259,2	3	14,5	2,16							
			морковь		4	0,25													
			минтай		246	63,96													
			лук реп.		5	0,35													
			гарнир	131/153	картофельное пюре		180	23,75	168	3,7	6,3	23,4							
					картофель		193,5	13,16											
					масло сливочное		6	7,80											
					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	1,78	49,2	3,76	3,48	0,76							
					мука		1,25	0,08											
					лук реп.		1	0,07											
масло сливочное					1,25	1,63													
Итого						163,07		921,3		35,12		37,78		103,57					
Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (яблоко)	180	41,4	33,3	0,3	0,3	6,75										
	напиток	г.п.	сок фруктовый	200	17	92	1	0	25,4										
	сладкое	г.п.	пряник	50	12,5	200	1,8	6,5	34										
Итого						70,9		325,3		3,1		6,8		66,15					
Ужин	закуска	18/26	салат из моркови с яблока		100	11,0553	67	0,9	3,4	8,4									
			морковь		80	5,04													
			яблоко		23	5,29													
			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	66,1386	522	21	27	44,2							
					куры		196,5	55,02											
	лук реп.				12,5	0,875													
	морковь				13	0,819													
	крупа рисовая				47	7,05													
	масло растительное				10,5	1,68													
	томатна паста				2,3	0,6946													
	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	1,1936	114,8	0,1	0,03	30,1									
			чай		0,4	0,3336													
			сахар		10	0,86													
			Итого						81,5475		871,7		27,8		31,23		121,65		
	завтрак 2	кисломолочны й напиток	г.п.	кефир		200	20,8	100	5,8	5	8								
				ватрушка с творогом		50	8,268812	136	5,8	3,6	19,4								
		сладкое	252/276	мука		25	1,625												
сахар				1,3	0,1118														
масло сливочное				1	1,3														
ййцо				8шт	0,72														
дрожжи				0,2	0,144														
соль				0,4	0,016														
масло растительное				0,2	0,032														
ванилин				0,002	0,000012														
творог				16	4,32														
Итого за весь день								404,40		3148,3		95,42		113,21		373,52			

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 229723484149701461558283897186772312471353484434

Владелец Делявская Наталья Анатольевна

Действителен с 28.11.2024 по 28.11.2025