

									Утверждаю _____ директор МБОУ Целинной ОШИ №15 Н.А. Делявская
	Основное организованное меню								Понедельник 08.09.2025г
Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 лет проживающие	Отд./корп	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Прием пищи	Раздел	№ рецеп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	173/196	Каша рисовая вязкая	180/5.	30,95	218	5	7	29,2
			масло сливочное	5	4,74				
			рис	55	4,86				
			молоко	205	20,91				
			сахар	5	0,44				
	напиток	272/299	Кофейный напиток на молоке	200	11,41	109	3,2	2,8	18,5
			кофейный напиток	2	0,34				
			сахар	10	0,88				
			молоко	100	10,20				
	хлеб	231/254	блины с маслом	80	5,36	80,8	2,32	4,08	12,72
			мука	50	2,03				
			сахар	2	0,18				
			соль	1	0,04				
			дрожжи	0,5	0,10				
	г.п		масло растительное	5	0,42				
			яйцо вареное	40	2,60	63	5,08	4,6	0,28
Итого					50,32	470,8	15,6	18,48	60,7
Обед	закуска	36/44	Винегрет овощной с фасолью	100	9,93	95,2	4,32	17,9	15,3
			картофель отварной	20	1,14				
			лук реп.	12	0,61				
			масло растительное	8	1,11				
			морковь	8	0,52				
			свекла	14	0,69				
			фасоль консервированная	26	2,18				
			огурец соленый	18	3,67				
			суп картофельный с лапшой	200	6,77	88	2,24	2,2	11,24
			картофель	60	3,42				
	1 блюдо	60/73	морковь	8	0,52				
			лук реп.	8	0,41				
			масло растительное	2	0,28				
			лапша	8	2,14				
	2 блюдо	93/107	Гуляш из отварной курицы	90	37,37	268,2	11,2	17,91	6,3
			Филе курицы	100	33,80				
			морковь	13,5	0,88				
			лук реп.	11,2	0,57				
			мука	3,3	0,13				
	гарнир	202/225	томатна паста	3,3	0,91				
			масло растительное	7,8	1,08				
			картофель отварной с маслом	180/4	21,46	151	3,5	3,8	25
			картофель	310	17,67				
			масло сливочное	4	3,79				
	напиток	276/303	яблочко-лимонный напиток	200	17,72	78	0,3	0,2	25,1
			яблоко	57	11,29				
			сахар	20	1,75				
			лимон	16	4,68				
	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
Итого					96,41	848,3	27,36	42,81	121,89
Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (банан)	100	16,15	96	1,13	0,38	14,25
	напиток	г.п.	сок фруктовый	200	16,9	92	1	0	25,4
	сладкое	г.п.	пряник	50	3,87	200	1,8	6,5	34
Итого					36,92	388	3,93	6,88	73,65
	Салат	39/47	Салат Студенческий	80/30	9,7765	137	3,8	10,5	6,8
			картофель	62	3,534				
			Морковь	27,5	1,7875				
			зеленый горошек	27	3,48				
			яйцо	15	0,975				
	гарнир	99/113	Биточки мясные с соусом	80/30	42,14385	200	13,8	11,1	11,1
			Биточки	80	39,6				
			соус	12,3	2,54385				
			лук реп.	0,5	0,02535				
			томатна паста	3	0,828				
			масло сливочное	1,7	1,6116				
			мука	1,3	0,05265				
			сахар	0,03	0,02625				
	гор.блюдо	166/189	Каша перловая рассыпчат	150	7,7985	76,5	4,2	5,7	2,4
			Перловка	67	2,1105				
			масло сливочное	6	5,688				
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	35	1,365	119,09	3,45	1,36	23,36
	хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	35	1,4	74,4	2,3	0,3	14,8
	гор. Напиток	269/296	чай с сахаром	200	1,183	35	0,1	0,03	9,9
			чай	0,4	0,308				
			сахар	10	0,875				
Итого					63,66685	641,99	23,85	18,49	61,56
завтрак 2	кисломолочный напиток	г.п.	Кефир	200	23,6	100	5,8	5	
	сладкое	г.п.	Печенье сахарное	30	5,538	125,1	2,18	2,85	125,1
Итого					29,138	225,1	7,98	86,66	317,8
Итого за весь день					276,45	2574,19	78,72	173,32	635,6

Основное организованное меню						Утверждаю директор МБОУ Целинной ОШИ №15 Н.А. Делявская Понедельник 08.09.2025г.							
Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет проживающие			Отд./корп			День						
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак	гор.блюдо	173/196	Каша рисовая вязкая	250	32,93	296	9,7	12	54,4				
			масло сливочное	7	6,64								
			рис	55	4,86								
			молоко	205	20,91								
			сахар	6	0,53								
	гор.напиток	272/299	кофейный напиток на молоке	200	11,61	109	3,2	2,8	18,5				
			молоко	100	10,20								
			кофейный напиток	8	0,54								
			сахар	10	0,88								
	хлеб	231/254	блины с маслом	100	7,92	226	5,4	7,6	33,4				
			мука	50	2,03								
			сахар	2	0,18								
			соль	1	0,04								
			дрожжи	1	0,20								
			масло растительное	3	0,42								
			масло сливочное	5	4,74								
			яйцо вареное	40	0,33								
					52,47	631	18,3	22,4	106,3				
	Итого												
	Обед	закуска	43/51	Винегрет овощной с фасолью	100	24,33	95,2	4,32	17,9	15,03			
				картофель отварной	25	1,43							
лук реп.				14	0,71								
масло растительное				10	13,90								
фасоль консервированная				27	2,27								
морковь				10	0,65								
свекла				18	0,89								
огурец соленый				22	4,49								
1 блюдо				60/73	суп картофельный с лапшой	250	10,07	110	2,8	2,75	17,8		
					картофель	93	5,30						
		морковь	12,5		0,81								
		лук реп.	11,5		0,58								
		масло растительное	3		0,70								
2 блюдо		93/107	лапша	10	2,68								
			Гуляш из отварной курицы	100	78,69	323	22,5	19,9	7				
			Филе курицы	220	74,36								
			морковь	17	1,11								
			лук реп.	11,2	0,57								
			томатна паста	4	1,10								
			масло растительное	10	1,39								
гарнир		129/151	мука	4	0,16								
			картофель отварной с маслом	180/7	8,39	207	11,5	6,4	32				
			картофель	310	3,65								
			масло сливочное	5	4,74								
			напиток	276/303	яблочно-лимонный напиток	200	17,72	101	0,3	0,2	2,5		
яблоко		57			11,29								
сахар		20			1,75								
лимон	16	4,68											
хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный			50	1,95	245	7	1,2	50,8			
хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной			40	1,60	74,4	2,3	0,3	14,8			
					142,75	1155,6	50,72	48,65	139,93				
Итого													
Полдник					фрукты	г.п.	фрукт свежий (банан)	150	30,685	144	2,3	0,8	31,5
					напиток	г.п.	сок фруктовый	200	16,9	92	1	0	25,4
			сладкое	г.п.	пряник	50	6,45	200	1,8	6,5	34		
				54,035	436	5,1	7,3	90,9					
Итого													
	закуска	39/47	Салат Студенческий	100	6,8935	137	3,8	10,5	6,8				
			картофель	45	2,565								
			морковь	27,5	1,7875								
			зеленый горошек консерв.	27	1,566								
			яйцо вареное	15	0,975								
	гарнир	99/113	Биточки мясные с маслом	120/50	52,88705	315	21,1	15	14,2				
			Биточки	100	49,5								
			Соус	5,3	3,38705								
			лук реп.	1	0,0507								
			томатна паста	5	1,38								
			масло сливочное	0,7	0,6636								
			мука	2	0,081								
			морковь	3	0,195								
			сахар	0,5	0,04375								
			масло растительное	7	0,973								
	гор.блюдо	166/189	Каша перловая рассыпчатая	200	7,7985	240	21,1	15	14,2				
			перловка	67	2,1105								
			масло сливочное	6	5,688								
			хлеб бел.	55	2,145	131	3,8	1,8	25,7				
			хлеб черн.	40	1,6	74,4	2,3	0,3	14,8				
	гор. Напиток	269/296	чай с сахаром	200	1,183	35	0,1	0,03	9,9				
			чай	0,4	0,308								
			сахар	10	0,875								
							65,61355	795,4	48,4	32,13	78,8		
			Итого										
	завтрак 2	кисломолочный напиток	г.п.	кефир	200	23,6	100	5,8	5	8			
				сладкое	40	7,384	166,8	2,9	3,8	166,8			
				30,984	266,8	8,7	8,8	174,8					
Итого													
Итого за весь день					345,84	3284,8	131,22	119,28	590,73				

Основное организованное меню										
Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 приходящие			Отд./корп				Утверждаю директор МБОУ Целинной ОШИ №15 Н.А. Делявская Понедельник 08.09.2025г		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	173/196	Каша рисовая вязкая	15	23,81	270,8	5,1	15,3	29,3	
			масло сливочное	5	4,74					
			рис	40	3,54					
			молоко	148	15,10					
			сахар	5	0,44					
	Фрукт	г.п	фрукт (банан)	190	30,69	70,88	1,13	0,38	14,25	
	напиток	г.п	кефир	200	23,60	100	5,8	5	8	
			бтерброд с маслом	3	4,01	106	5	3	14,5	
			масло сливочное	3	2,84					
	г.п	хлеб пшеничный	30	1,17						
Итого					82,11	547,68	17,03	23,68	66,05	
Обед	закуска	36/44	Винегрет овощной с фасолью	100	9,63	95,2	4,32	17,9	15,03	
			картофель отварной	20	1,14					
			лук реп.	6	0,30					
			масло растительное	8	1,11					
			Фасоль консерв.	24	2,18					
			огурец соленый	18	3,67					
			свекла	14	0,69					
			морковь	8	0,52					
	1 блюдо	60/73	суп картофельный с лапшой	200	6,77	88	2,24	2,2	11,24	
			картофель	60	3,42					
			морковь	8	0,52					
			лук реп.	8	0,41					
			масло растительное	2	0,28					
			лапша	8	2,14					
	2 блюдо	119/135	Гуляш из мяса птицы	90	73,78	268,2	11,2	17,91	6,3	
			Филе куриное	198	66,92					
			морковь	19,1	1,24					
			мука	3,3	0,13					
			томатная паста	3,3	0,91					
			лук реп.	15,4	0,78					
			масло сливочное	4	3,79					
	гарнир	202/225	картофель отварной	150	21,46	121	3,5	3,8	25	
			Картофель	310	17,67					
			масло сливочное	4	3,79					
	напиток	276/303	яблочно-лимонный напиток	200	17,72	78	0,3	0,2	25,1	
			яблоко	57	11,29					
			сахар	20	1,75					
			лимон	16	4,68					
			хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,56	93,5	3,5	0,5
	хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	40	1,60	74,4	2,3	0,3	14,8	
	Итого					132,51	818,3	27,36	42,81	121,62
	Итого за весь день					214,62	1365,98	44,39	66,49	187,67

Утверждаю _____	
директор МБОУ Целинной ОШИ №19 Н.А. Делявская	
День	Понедельник 08.09.2025г.
Киры	Углеводы
12	54,4

Основное организованное меню

Школа			МБОУ Целинная ОШ № 15		Отд./корп						Понедельник 08.09.2025г.	
Прием пищи			12-18 лет приходящие		Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Раздел	№ рец.	Блюдо										
Завтрак	гор.блюдо	173/196	Каша рисовая вязкая	250	32,93	296	9,7	12	54,4			
			масло сливочное	7	6,64							
			рис	55	4,86							
			молоко	205	20,91							
			сахар	6	0,53							
	напиток	г.п	кефир	200	23,60	100	5,8	5	8			
	фрукт	г.п	Фрукт (банан)	200	32,30	179,3	1,13	0,38	14,25			
		02.окт	Бутерброд с маслом	200	4,94	328	6,7	9,6	13,2			
			масло сливочное	5	4,74							
			хлеб пшеничный	40	0,20							
Итого					93,77	903,3	23,33	26,98	89,85			
Обед	закуска	43/51	Винегрет овощной с фасолью	100	4,22	95,2	4,32	17,9	15,03			
			картофель отварной	25	1,43							
			лук реп.	14	0,71							
			масло растительное	10	1,39							
			Фасоль консерв.	30	2,52							
			свекла	18	0,89							
			морковь	10,7	0,70							
	1 блюдо	60/73	суп картофельный с лапшой	250	9,79	110	2,8	2,75	17,8			
			картофель	93	5,30							
			морковь	12,5	0,81							
			лук реп.	11,5	0,58							
			масло растительное	3	0,42							
			лапша	10	2,68							
	2 блюдо	119/135	Гуляш из мяса птицы	100	79,41	323	22,5	19,9	7			
			Филе курицы	220	74,36							
			мука	4	0,16							
			лук реп.	18,7	0,95							
			морковь	22,3	1,45							
			масло растительное	10	1,39							
			томатная паста	4	1,10							
	гарнир	202/169	картофель отварной	180	21,46	151	3,5	3,8	25			
			картофель	310	17,67							
			масло сливочное	4	3,79							
	напиток	276/303	яблочно-лимонный напиток	200	17,72	101	0,3	0,2	2,5			
			яблоко	57	11,29							
			сахар	20	1,75							
			лимон	16	4,68							
	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			
Итого					57,46	948,1	39,22	45,35	106,28			
Итого за весь день					151,22	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