

Основное организованное меню

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

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 приходящие			Отд./корп				День	Четверг 18.09.2025г
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	185/208	каша пшенная молочная жидкая	150	18,18	249,6	3,84	4,8	19,2
			крупа пшено	40	2,61				
			молоко	101	10,30				
			Сахар	6	0,53				
			масло сливочное	5	4,74				
	гор.напиток	274/301	какао с молоком	200	11,36	88	3,3	2,5	13,7
			какао порошок	2	0,29				
			молоко	100	10,20				
			Сахар	10	0,88				
	напиток	г.п.	кефир	200	23,60	100	5,8	5	8
	фрукт	г.п.	фрукт (Груша)	200	35,90	34,13	0,3	0,23	7,35
	хлеб	1/9.	бутерброд с маслом	5	15,80	237,6	2,77	5,8	23,2
			хлеб	45	1,58				
			масло сливочное	15	14,22				
Итого					104,83	709,33	16,01	18,33	71,45
Обед	закуска	36/44	Салат картофельный с зеленым горошком	100	7,37	95,2	4,32	9,2	15,03
			Яйцо	8	0,52				
			лук реп.	7	0,35				
			картофель	70	3,99				
			горошек зеленый консерв.	24	1,39				
			масло растительное	8	1,11				
	1 блюдо	63/72	суп картофельный с бобовыми и гречками	250	12,41	11,7	2,6	2,5	18,8
			картофель	62,5	3,56				
			лук реп.	12	0,61				
			морковь	16	1,04				
			масло сливочное	5	4,74				
			горох	20	0,94				
			хлеб пшеничный	39	1,52				
	2 блюдо	115/131	рагу овощное с мясом	150	48,01	355,2	12,3	9	18
			Филе куриной грудки	97	32,79				
			мука	2	0,08				
			картофель	79	4,50				
			Капуста белокачанная	61	3,11				
			лук реп.	28	1,42				
			морковь	51	3,32				
			масло растительное	6	0,83				
			томатна паста	4,5	1,24				
			масло сливочное	0,7	0,66				
			сахар	0,6	0,05				
	напиток	276/303	яблочно-лимонный напиток	200	17,72	101	0,3	0,2	25,1
			яблоко	57	11,29				
			лимон	16	4,68				
			Сахар	20	1,75				
	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					88,66	731	25,32	21,7	115,88
Итого за весь день					193,50	1440,33	41,33	40,03	187,33

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

Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 приходящие			Отд./корп				День	Четверг
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	185/208	каша пшеничная молочная жидкая	200	20,01	189	7,3	11	44
			крупа пшено	50	3,26				
			молоко	126	12,85				
			Сахар	6	0,53				
			масло сливочное	7	6,64				
	гор.напиток	274/301	какао с молоком	200	11,65	88	3,3	2,5	13,7
			какао порошок	4	0,57				
			молоко	100	10,20				
			Сахар	10	0,88				
	напиток	г.п.	кефир	200	23,60	100	5,8	5	8
	Фрукт	г.п.	фрукт (Груша)	200	35,90	34,13	0,3	0,23	7,35
	хлеб	1/9.	бутерброд с маслом	50/20.	20,91	165	4	16,7	23,8
			хлеб	50	1,95				
			масло сливочное	20	18,96				
Итого					112,07	576,13	20,7	35,43	96,85
Обед	закуска	36/44	Салат картофельный с зеленым горошком	100	8,86	98	3,3	5,4	10,8
			яйцо	10	0,65				
			лук реп.	7	0,35				
			картофель	86	4,90				
			горшек зеленый консерв.	27	1,57				
			масло растительное	10	1,39				
	1 блюдо	63/72	суп картофельный с бобовыми и гречками	250	12,41	111,7	2,6	2,5	18,8
			картофель	62,5	3,56				
			лук реп.	12	0,61				
			морковь	16	1,04				
			масло сливочное	5	4,74				
			горох	20	0,94				
			хлеб пшеничный	39	1,52				
	2 блюдо	115/131	рагу овощное с мясом	200	60,47	144	4,8	6,2	15,8
			мука	3	0,12				
			картофель	98	5,59				
			Капуста белокачанная	76	3,88				
			лук реп.	35	1,77				
			морковь	63	4,10				
			масло растительное	8	1,11				
			томатная паста	6	1,66				
			филе курицы	122	41,24				
			масло сливочное	1	0,95				
			сахар	0,7	0,06				
	напиток	276/303	яблочно-лимонный напиток	200	17,72	101	0,3	0,2	2,5
			яблоко	57	11,29				
			лимон	16	4,68				
			Сахар	20	1,75				
	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					102,62	622,6	16,8	15,1	86,85
Итого за весь день					214,69	1198,73	37,5	50,53	183,7

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

Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет проживающие			Отд./корп				День	Четверг 18.09.2025г.	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	185/208	каша пшенинная молочная жидкая	250/10.	26,12	351,9	17,3	11	39,9	
			крупа пшено	50	3,26					
			молоко	126	12,85					
			Сахар	6	0,53					
			масло сливочное	10	9,48					
	гор.напиток	274/301	какао с молоком	200	19,52	88	3,3	2,5	13,7	
			какао порошок	4	0,57					
			молоко	100	10,20					
	хлеб	1/9.	Сахар	10	8,75					
			бутерброд с маслом	70/20.	21,69	313	5,4	17	34	
			хлеб	70	2,73					
			масло сливочное	20	18,96					
Итого				67,33	752,9	26	30,5	87,6		
Обед	закуска	36/44	Салат картофельный с зеленым горошком	100	8,69	144	3,3	5,4	10,8	
			яйцо	10	0,65					
			картофель	86	4,90					
			масло растительное	8	1,11					
			горошек консер.	27	1,57					
			лук реп.	9	0,46					
	1 блюдо	63/72	суп картофельный с бобовыми и гречками	250	12,41	111,7	2,6	2,5	18,8	
			картофель	62,5	3,56					
			лук реп.	12	0,61					
			морковь	16	1,04					
			масло сливочное	5	4,74					
			горох	20	0,94					
	2 блюдо	115/131	хлеб пшеничный	39	1,52					
			рагу овощное с мясом	250	60,47	523	21,4	28,4	23,5	
			мука	3	0,12					
			картофель	98	5,59					
			Капуста белокачанная	76	3,88					
			лук реп.	35	1,77					
			морковь	63	4,10					
			масло растительное	8	1,11					
			томатна паста	6	1,66					
			Филе курицы	122	41,24					
			масло сливочное	1	0,95					
			сахар	0,7	0,06					
	напиток	276/303	яблочно-лимонный напиток	200	17,72	101	0,3	0,2	2,5	
			яблоко	57	11,29					
			лимон	16	4,68					
Сахар			20	1,75						
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				102,44	1047,6	33,4	37,3	94,55		
Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (Груша)	200	35,9	34,13	0,3	0,23	7,35	
	напиток	г.п.	сок фруктовый	200	16,9	92	1	0	25,4	
	сладкое	г.п.	мармелад	50	15	321	0,1	0	79,4	
Итого				67,8	447,13	1,4	0,23	112,15		
Ужин	закуска	44/98	салат из свежих овощей с с	100	12,7336	153,5	2	6,14	22,54	
			морковь	48,6	3,159					
			Капуста белокачанная	31,3	1,5963					
			курага	9,5	2,5935					
			чернослив	15,3	4,3758					
			Сахар	2	0,175					
	2 блюдо	124/146	масло растительное	6	0,834					
			фрикадельки из кур	100	44,8	245	12,5	15,7	11,1	
			каша рассыпчатая из гречне	200	9,5165	214,2	14	8,7	57,9	
	гарнир	165/188	крупа гречневая	95	3,8285					
			масло сливочное	6	5,688					
			хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,56	93,5	3,5	0,5
	гор. Напиток	268/295	чай с сахаром	200	1,183	35	0,1	0,03	9,9	
			чай	0,4	0,308					
			сахар	10	0,875					
Итого				69,7931	741,2	32,1	31,07	115,69		
завтрак 2	кисломолочный напиток	г.п.	кефир	200	23,6	100	5,8	5	8	
			чай с сахаром	200	1,183	35	0,1	0,03	9,9	
	гор. Напиток	168/295	чай	0,4	0,308					
			Сахар	10	0,875					
	сладкое	г.п.	баранка	50	11,225	149	1,99	2,7	26,3	
Итого				36,008	284	7,89	7,73	44,2		
Итого за весь день					343,37	3272,83	100,79	106,83	454,19	

Основное организованное меню

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

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 лет проживающие			Отд./корп				День	Четверг 18.09.2025г
Прием пищи	Раздел	№ рецеп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	185/208	каша пшеничная молочная ягдкая	180/5	18,18	249,6	3,84	4,8	19,2
			крупа пшено	40	2,61				
			молоко	101	10,30				
			Сахар	6	0,53				
			масло сливочное	5	4,74				
	гор. напиток	274/301	какао с молоком	200	11,36	88	3,3	2,5	13,7
			какао порошок	2	0,29				
			молоко	100	10,20				
			Сахар	10	0,88				
	хлеб	1/9	бутерброд с маслом	5	15,98	237,6	2,77	5,8	23,2
			хлеб	45	1,76				
			масло сливочное	15	14,22				
			Гренки с сыром	50-5-15	18,39				
			сыр	15	11,70				
			масло сливочное	5	4,74				
			хлеб	50	1,95				
	Итого				63,90	575,2	9,91	13,1	56,1
Обед	закуска	36/44	Салат картофельный с зеленым горошком	100	6,26	95,2	4,32	17,9	15,03
			лук реп.	7	0,35				
			картофель	70	3,99				
			горошек консерв.	24	1,39				
			масло растительное	8	1,11				
			яйцо	8	0,52				
	1 блюдо	63/72	суп картофельный с бобовыми и гречками	250	12,41	11,7	2,6	2,5	18,8
			картофель	62,5	3,56				
			лук реп.	12	0,61				
			морковь	16	1,04				
			масло сливочное	5	4,74				
			горох	20	0,94				
			хлеб пшеничный	39	1,52				
	2 блюдо	115/131	рагу овощное с мясом	200	48,01	355,2	12,3	9	18
			Филе куриной грудки	97	32,79				
			мука	2	0,08				
			картофель	79	4,50				
			Капуста белокачанная	61	3,11				
			лук реп.	28	1,42				
			морковь	51	3,32				
			масло растительное	6	0,83				
			томатна паста	4,5	1,24				
			масло сливочное	0,7	0,66				
	сахар	0,6	0,05						
	напиток	276/303	яблочно-лимонный напиток	200	17,72	101	0,3	0,2	25,1
			яблоко	57	11,29				
			лимон	16	4,68				
			Сахар	20	1,75				
			хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,56	93,5	3,5
	хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	40	1,60	74,4	2,3	0,3	14,8
	Итого				87,55	731	25,32	30,4	115,88
Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (Груша)	200	35,9	34,13	0,3	0,23	7,35
	напиток	г.п.	сок фруктовый	200	16,9	92	1	0	25,4
	сладкое	г.п.	мармелад	35	10,5	112	0,04	1,1	4,4
Итого				63,3	126,13	1,34	1,33	37,15	
Ужин	закуска	44/98	салат из свежих овощей с сухо	80	12,7336	122,8	1,1	3,9	15,6
			морковь	48,6	3,159				
			Капуста белокачанная	31,3	1,5963				
			курага	9,5	2,5935				
			чернослив	15,3	4,3758				
			Сахар	2	0,175				
			масло растительное	6	0,834				
			фрикадельки из кур	90	40,32	189,9	18	12,9	0,5
			каша рассыпчатая из гречнев	180	8,2058	267,8	12,6	7,8	52,1
			крупка гречневая	86	3,4658				
	2 блюдо	124/146	масло сливочное	5	4,74				
			хлеб пшеничный	40	1,56	93,5	3,5	0,5	24,15
			хлеб бел.	г.п.					
			гор. Напиток	268/295	1,183	35	0,1	0,03	9,9
			чай с сахаром	0,4	0,308				
			чай	10	0,875				
			сахар		64,0024	709	35,3	25,13	102,25
Итого									
завтрак 2	кисломолочный напиток	г.п.	Кефир	200	23,6	100	5,8	5	8
	гор напиток	268/295	чай с сахаром	200	1,183	35	0,1	0,03	9,9
			чай	0,4	0,308				
			Сахар	10	0,875				
	сладкое	г.п.	баранка	35	7,8575	104,3	1,23	1,2	4,8
	Итого				32,6405	239,3	7,13	6,23	22,7

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 229723484149701461558283897186772312471353484434

Владелец Делявская Наталья Анатольевна

Действителен с 28.11.2024 по 28.11.2025