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

Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 лет проживающие			Отд./корп					День Четверг 09.10.2025 г.
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	185/208	каша пшенная молочная жидкая	180/5.	18,18	249,6	3,84	3,8	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 гренками	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	0,5	24,15
	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 сухс	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				
	2 блюдо	124/146	фрикадельки из кур	90	40,32	189,9	18	12,9	0,5
	гарнир	165/188	каша рассыпчатая из гречнево	180	8,2058	267,8	12,6	7,8	52,1
			крупа гречневая	86	3,4658				
			масло сливочное	5	4,74				
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,56	93,5	3,5	0,5	24,15
	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					64,0024	709	35,3	25,13	102,25
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

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

Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет проживающие			Отд./корп			Цена/	Четверг 09.10.2025г.	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	185/208	каша пшенная молочная жидкая	250/10.	26,12	351,9	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				
			Сахар	10	8,75				
	хлеб	1/9.	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 гренками	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	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 су	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				
			масло растительное	6	0,834				
	2 блюдо	124/146	фрикадельки из кур	100	44,8	245	12,5	15,7	11,1
	гарнир	165/188	каша рассыпчатая из гречне	200	9,5165	214,2	14	8,7	57,9
			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	24,15
	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	кисломолочн ый напиток	г.п.	кефир	200	23,6	100	5,8	5	8
	гор. Напиток	168/295	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	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

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

Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 приходяшие			Отд./корп				День	Четверг 09.10.2025
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 гренками	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 куринной 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 09.10.2025г
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	185/208	каша пшенная молочная жидкая	200	20,01	189	7,3	11	14
			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 гренками	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				
			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					102,62	622,6	16,8	15,1	86,85
Итого за весь день					214,69	1198,73	37,5	50,53	183,7