


Утверждаю

директор МБОУ
Целинной ОШИ №15
Н.А. Делявская

Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 лет проживающие			Отд./корп				День	Среда 28.01.2026г			
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	гор.блюдо	182/205	каша манная молочная жидкая	180/5.	26,43	234	7,3	9,2	30,5			
			крупа манная	28	1,96							
			молоко	158	16,59							
			Сахар	5	0,48							
			масло сливочное	5	7,40							
	гор.напиток	275/302	какао на сгущенном молоке	200	5,15		3,5	3,4	19,6			
			какао порошок	2	0,35							
			молоко сгущенное	38	6,08							
	хлеб	4/12.	г.п.	яйцо вареное	40	4,80						
				бутерброд с повидлом	40-50-10	30,20	222	2,4	7,5	36,9		
				масло сливочное	10	14,80						
				хлеб пшеничный	40	1,80						
			повидло	50	13,60							
Итого					61,77	456	13,2	20,1	87			
Обед	закуска	20/28	салат "из свежих огурцов и помидор"	60	20,14	81	0,7	7,4	2,9			
			огурец свежий	30	8,10							
			помидор	38	10,64							
			лук реп.	10	0,40							
			масло растительное	5	0,89							
			кислота лимонная	0,5	0,008							
			сахар	1	0,10							
			соль	0,3	0,01							
	1 блюдо	56/69		рассольник Ленинградский	250/10	29,46	120	18,16	5,3	15,4		
				картофель	93,3	3,73						
				крупа перловая	5	0,24						
				морковь	12,5	0,69						
				лук реп.	6,6	0,26						
				масло сливочное	5	7,40						
	2 блюдо	77/91		огурец соленый	26,6	11,70						
				сметана	10	5,43						
				рыба припущенная "Минтай"	90	52,65	224	18,2	10,2	2		
				минтай	196	52,14						
	соус	227/250		морковь	5	0,28						
				лук реп.	6	0,24						
				соус Белый основной	20	1,98	49,2	3,76	3,48	0,76		
				лук реп.	1	0,04						
	гарнир	131/153		масло сливочное	1,25	1,85						
				мука	1,25	0,09						
				картофельное пюре	150	16,28	140	1,8	1,2	0,81		
				картофель	161,5	6,46						
	напиток	291/318		масло сливочное	5	7,40						
				молоко кипяченое	23,75	2,42						
	хлеб бел.	г.п.		кисель плодово - ягодный	200	13,40	76	0	0	20		
	хлеб черн.	г.п.		хлеб пшеничный	40	1,80	93,5	3,5	0,5	24,15		
				хлеб ржаной	40	1,80	65,1	2,01	0,26	1,04		
	Итого					137,51	848,8	48,13	28,34	67,06		
Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (яблоко)	180	35,28	33,3	0,3	0,3	6,75			
			напиток	200	19,2	92	1	0	25,4			
			сладкое	50	12,5	200	1,8	6,5	34			
Итого					66,98	325,3	3,1	6,8	66,15			
Ужин	закуска	18/26	салат из моркови с яблоком	100	13,25105	67	0,9	3,4	8,4			
			морковь	80	4,4							
			яблоко	23	4,508							
			масло растительное	24	4,248							
			кислота лимонная	0,3	0,00465							
			Сахар	0,8	0,076							
			соль	0,3	0,0144							
			гор.блюдо	123/145		плов с мясом птицы	170	56,4855	443,7	12,1	9,2	36,8
						куры	160,5	46,545				
						масло растительное	3,5	0,6195				
	хлеб бел.	г.п.		лук реп.	10,8	0,432						
				морковь	11,5	0,6325						
				крупа рисовая	41	5,945						
				масло растительное	9,5	1,6815						
	хлеб черн.	г.п.		томатна паста	2	0,63						
	гор напиток	268/295		хлеб пшеничный	40	1,8	93,5	3,5	0,5	24,15		
				хлеб ржаной	40	1,8	74,4	2,3	0,3	14,8		
				чай с сахаром	200	1,29	35	0,1	0,03	9,9		
			чай	0,4	0,34							
			сахар	10	0,95							
Итого					74,62655	713,6	18,9	13,43	94,05			
завтрак 2	кисломолочный напиток	г.п.	Кефир	200	21	100	5,8	5	8			
			сладкое	252/276	ватрушка с творогом	50	13,13515	136	5,8	3,6	19,4	
					мука	32	2,24					
					сахар	3,1	0,2945					
					масло сливочное	2	2,96					
					яйцо	8шт	0,96					
					дрожжи	0,2	0,066					
					соль	0,4	0,0192					
					масло растительное	0,2	0,0354					
					ванилин	0,002	0,00005					
					творог	16	6,56					
					Итого					34,13515	236	11,6
Итого за весь день					375,02	2579,7	94,93	77,27	341,66			

Основное организованное меню


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

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 1-4 классы 7-11 приходящие			Отд./корп				День	Среда 28.01.2026г	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	182/205	каша манная молочная жидкая	150	26,43	234	7,3	9,2	30,5	
			крупа манная	28	1,96					
			молоко	158	16,59					
			Сахар	5	0,48					
			масло сливочное	5	7,40					
	гор.напиток	275/302	какао на сгущенном молоке	200	6,43	120	3,5	3,4	19,6	
			какао порошок	2	0,35					
			молоко сгущенное	38	6,08					
	напиток	г.п.		кефир	200	21,00	100	5,8	5	8
	фрукт	г.п.		фрукт (Яблоко)	180	35,28	33,3	0,3	0,3	6,75
	хлеб	4/12.		бутерброд с повидлом	30/40/10	20,53	222	2,4	7,5	36,9
				хлеб пшеничный	30	1,35				
			повидло	40	10,88					
Итого					109,66	709,3	19,3	25,4	101,75	
Обед	закуска	20/28	салат "Из свежих огурцов и помидор"	100	20,14	61	0,7	7,4	2,9	
			огурец свежий	30	8,10					
			помидор	38	10,64					
			лук реп.	10	0,40					
			масло растительное	5	0,89					
			кислота лимонная	0,5	0,008					
			сахар	1	0,10					
			соль	0,3	0,01					
	1 блюдо	56/69	рассольник Ленинградский	250/10	29,46	120	18,16	5,3	15,4	
			картофель	93,3	3,73					
			крупа перловая	5	0,24					
			морковь	12,5	0,69					
			лук реп.	6,6	0,26					
			масло сливочное	5	7,40					
			огурец соленый	26,6	11,70					
	сметана	10	5,43							
	2 блюдо	77/91	рыба припущенная "Минтай"	90	52,65	226	18,2	10,2	2	
			минтай	196	52,14					
			морковь	5	0,28					
			лук реп.	6	0,24					
	соус	227/250	соус белый основной	20	1,98	45,2	3,76	3,48	0,76	
			лук реп.	1	0,04					
			масло сливочное	1,25	1,85					
	гарнир	131/153	мука	1,25	0,09					
			картофельное пюре	150	16,35	140	1,8	1,2	0,81	
			картофель	161,5	6,46					
			масло сливочное	5	7,40					
	напиток	291/318	молоко кипяченое	23,75	2,49					
			кисель плодово - ягодный	200	13,40	76	0	0	20	
	хлеб бел.	г.п.		хлеб пшеничный	40	1,80	93,5	3,5	0,5	24,15
	хлеб черн.	г.п.		хлеб ржаной	40	2,60	65,1	2,01	0,26	1,04
	Итого					1,40	826,8	48,13	28,34	67,06
Итого за весь день					5,70	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 28.01.2026г.	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	182/205	каша манная молочная	29	36,76	210	10,2	12,8	42,3	
			жидкая	39	2,73					
			крупа манная	220	23,10					
			молоко	6	0,57					
	гор.напиток	275/302	масло сливочное	7	10,36					
			какао на сгущенном молоке	200	6,43	120	3,5	3,4	19,6	
			какао порошок	2	0,35					
			молоко сгущенное	38	6,08					
	напиток	г.п.		кефир	200	21,00	100	5,8	5	8
	Фрукт	г.п.		фрукт (Яблоко)	180	35,28	33,3	0,3	0,3	6,755
	хлеб	4/12.	бутерброд с повидлом	30/40/10	26,49	122	2,4	7,5	36,9	
			масло сливочное	10	14,80					
			повидло		40	10,88				
Итого					125,96	585,3	22,2	29	113,555	
Обед	закуска	14/22	салат "Из свежих огурцов и помидор"	100	28,38	81	0,7	7,4	2,9	
			огурец свежий	50	13,50					
			помидор	47	13,16					
			лук реп.	18	0,72					
			масло растительное	5	0,89					
			кислота лимонная	0,5	0,01					
			сахар	1	0,10					
			соль	0,3	0,01					
	1 блюдо	56/69	рассольник Ленинградский	250/10	29,17	120	18,16	5,3	15,4	
			картофель	93,3	3,73					
			крупа перловая	5	0,24					
			морковь	12,5	0,69					
			лук реп.	6,6	0,26					
			масло сливочное	5	7,40					
			огурец соленый	26,6	11,70					
	сметана	10	5,14							
	2 блюдо	77/91	рыба припущенная "Минтай"	100	65,86	259,2	3	14,5	2,16	
			морковь	4	0,22					
			минтай	246	65,44					
			лук реп.	5	0,20					
	гарнир	131/153	картофельное пюре	180	19,61	168	3,7	6,3	23,4	
			картофель	193,5	7,74					
			масло сливочное	6	8,88					
			молоко кипяченое	28,5	2,99					
	напиток	291/318		кисель плодово - ягодный	200	13,40	76	0	0	20
	хлеб бел.	г.п.		хлеб пшеничный	40	1,80	93,5	3,5	0,5	24,15
	хлеб черн.	г.п.		хлеб ржаной	40	1,80	74,4	2,3	0,3	14,8
соус	227/250	соус белый основной	20	1,98	61,5	4,7	4,35	0,95		
		мука	1,25	0,09						
		лук реп.	1	0,04						
			масло сливочное	1,25	1,85					
Итого					162,00	933,6	36,06	38,65	103,76	
Итого за весь день					287,95	1518,9	58,26	67,65	217,315	

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

Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет проживающие			Отд./корп				Среда 28.01.2026г.														
Принем пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы													
Завтрак	гор.блюдо	182/205	каша манная молочная	250	36,76	325	10,2	12,8	42,3													
			жидкая	39	2,73																	
			крупа манная	220	23,10																	
			молоко	6	0,57																	
			Сахар	7	10,36																	
	гор.напиток	275/302	какао на сгущенном	200	6,43	120	3,5	3,4	19,6													
			молоке	2	0,35																	
			какао порошок	38	6,08																	
	хлеб	4/12.	бутерброд с повидлом	43/40/10	20,53	349	4,1	12,6	55,6													
			хлеб пшеничный	30	1,35																	
			повидло	40	10,88																	
Итого					63,72	794	17,8	28,8	117,5													
Обед	закуска	20/28	салат "из свежих огурцов и помидор"	100	28,38	81	0,7	7,4	2,9													
			огурец свежий	50	13,50																	
			помидор	47	13,16																	
			лук реп.	18	0,72																	
			масло растительное	5	0,89																	
			кислота лимонная	0,5	0,008																	
			сахар	1	0,10																	
			соль	0,3	0,01																	
			1 блюдо	56/69	рассольник					250/10	29,46	120	18,16	5,3	15,4							
					Ленинградский					93,3	3,73											
	картофель	5			0,24																	
	крупа перловая	12,5			0,69																	
	морковь	6,6			0,26																	
	лук реп.	5			7,40																	
	масло сливочное	26,6			11,70																	
	огурец соленый	10	5,43																			
	2 блюдо	77/91	рыба припущенная	100	65,86	259,2	3	14,5	2,16													
			"Минтай"	4	0,22																	
			морковь	246	65,44																	
			минтай	5	0,20																	
	гарнир	131/153	картофельное пюре	180	19,61	168	3,7	6,3	23,4													
			картофель	193,5	7,74																	
			масло сливочное	6	8,88																	
			молоко кипяченое	28,5	2,99																	
			напиток	291/318	кисель плодово - ягодный					200	13,40	76	0	0	20							
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,76	93,5	3,5	0,5	24,15													
			хлеб ржаной	40	1,80					74,4	2,3	0,3	14,8									
хлеб черн.	227/250	соус белый основной	20	1,98	49,2	3,76	3,48	0,76														
		мука	1,25	0,09																		
		лук реп.	1	0,04																		
		масло сливочное	1,25	1,85																		
									162,24	921,3	35,12	37,78	103,57									
Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (яблоко)	180	35,28	33,3	0,3	0,3	6,75													
			напиток	200	19,2					92	1	0	25,4									
			сладкое	50	12,5					200	1,8	6,5	34									
Итого					66,98	325,3	3,1	6,8	66,15													
Ужин	закуска	18/26	салат из моркови с яблока	100	9,71105	67	0,9	3,4	8,4													
			морковь	80	4,4																	
			яблоко	23	4,508																	
			масло растительное	4	0,708																	
			кислота лимонная	0,3	0,00465																	
			Сахар	0,8	0,076																	
			соль	0,3	0,0144																	
			гор.блюдо	123/145	плов с мясом птицы					200	67,598	522	21	27	44,2							
					куры					196,5	56,985											
					лук реп.					12,5	0,5											
	морковь	13			0,715																	
	крупа рисовая	47			6,815																	
	масло растительное	10,5			1,8585																	
	томатна паста	2,3			0,7245																	
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,8	93,5	3,5	0,5	24,15													
			хлеб ржаной	40	1,8					74,4	2,3	0,3	14,8									
	гор напиток	268/295	чай с сахаром	200/20	1,29	114,8	0,1	0,03	30,1													
			чай	0,4	0,34																	
			сахар	10	0,95																	
	Итого					82,19905	871,7	27,8	31,23	121,65												
завтрак 2	кисломолочны й напиток	г.п.	кефир	200	21	100	5,8	5	8													
			сладкое	252/276	ватрушка с творогом					50	10,994112	136	5,8	3,6	19,4							
					мука					25	1,75											
					сахар					1,3	0,1235											
					масло сливочное					1	1,48											
					яйцо					8шт	0,96											
					дрожжи					0,2	0,066											
					соль					0,4	0,0192											
					масло растительное					0,2	0,0354											
					ванилин					0,002	0,000012											
					творог					16	6,56											
					Итого за весь день													407,13	3148,3	95,42	113,21	373,52

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 471092413905542759889334510250069883863198699200

Владелец Делявская Наталья Анатольевна

Действителен с 12.01.2026 по 12.01.2027