

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

**Основное организованное меню**

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15						Понедельник				
12-16 лет пригородные							16.03.2026г.				
Пример пищи	Раздел	№ рец.	блюдо	Отд./корп	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	173/196	Каша рисовая вязкая	250	36,06	296	9,7	12	54,4		
			масло сливочное	7	9,65						
			рис	55	4,95						
			молоко	205	20,91						
			сахар	6	0,55						
	напиток	г.п		кефир	200	23,60	100	5,8	5	8	
	фрукт	г.п		Фрукт (банан)	200	39,00	179,3	1,13	0,38	14,25	
		02.окт		Бутерброд с маслом	200	7,11	328	6,7	9,6	13,2	
				масло сливочное	5	6,89					
				хлеб пшеничный	40	0,22					
<b>Итого</b>					<b>105,76</b>	<b>903,3</b>	<b>23,33</b>	<b>26,98</b>	<b>89,85</b>		
Обед	закуска	43/51	Винегрет овощной с фасолью	100	3,74	95,2	4,32	17,9	15,03		
			картофель отварной	25	1,13						
			лук реп.	14	0,52						
			масло растительное	10	1,68						
			Фасоль консерв.	30	2,64						
			свекла	18	0,68						
			морковь	10,7	0,42						
			1 блюдо	60/73	суп картофельный с лапшой	250	8,14	110	2,8	2,75	17,8
					картофель	93	4,19				
					морковь	12,5	0,49				
			лук реп.	11,5	0,43						
			масло растительное	3	0,50						
			лапша	10	2,54						
	2 блюдо	119/135	Гуляш из мяса птицы	100	118,94	323	22,5	19,9	7		
			Филе курицы	220	114,40						
			мука	4	0,17						
			лук реп.	18,7	0,69						
			морковь	22,3	0,87						
			масло растительное	10	1,68						
			томатная паста	4	1,14						
	гарнир	202/169	картофель отварной	180	19,46	151	3,5	3,8	25		
			картофель	310	13,95						
			масло сливочное	4	5,51						
	напиток	276/303	яблочно-лимонный напиток	200	17,34	101	0,3	0,2	2,5		
			яблоко	57	10,55						
			сахар	20	1,83						
			лимон	16	4,96						
	хлеб бел.	г.п.		хлеб пшеничный	40	1,72	93,5	3,5	0,5	24,15	
	хлеб черн.	г.п.		хлеб ржаной	40	1,76	74,4	2,3	0,3	14,8	
	<b>Итого</b>					<b>53,29</b>	<b>948,1</b>	<b>39,22</b>	<b>45,35</b>	<b>106,28</b>	
<b>Итого на весь день:</b>					<b>159,05</b>	<b>1851,4</b>	<b>62,55</b>	<b>72,33</b>	<b>196,13</b>		

Утверждаю

директор МБОУ  
Целинной ОШИ №15  
Н.А. Делянская

## Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет проживающие			Отд./корп				День	Понедельник 16.03.2026г	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	173/196	Каша рисовая вязкая	250	36,06	296	9,7	12	54,4	
			масло сливочное	7	9,65					
			рис	55	4,95					
			молоко	205	20,91					
	гор.напиток	272/299		сахар	6	0,55				
				кофейный напиток на молоке	200	11,76	109	3,2	2,8	18,5
				молоко	100	10,20				
				кофейный напиток	8	0,64				
	хлеб	231/254		сахар	10	0,92				
				блины с маслом	100	10,47	226	5,4	7,6	33,4
				мука	50	2,08				
				сахар	2	0,18				
				соль	1	0,04				
				дрожжи	1	0,22				
				масло растительное	3	0,50				
				масло сливочное	5	6,89				
	яйцо вареное	40	0,55							
					<b>56,28</b>	<b>631</b>	<b>18,3</b>	<b>22,4</b>	<b>106,3</b>	
	Обед	закуска	43/51	Винегрет овощной с фасолью	100	29,85	95,2	4,32	17,9	15,03
картофель отварной				25	1,13					
лук реп.				14	0,52					
масло растительное				10	16,75					
фасоль консервированная				27	2,38					
морковь				10	0,39					
свекла				18	0,68					
огурец соленый				22	8,01					
1 блюдо				60/73		суп картофельный с лапшой	250	8,47	110	2,8
		картофель	93			4,19				
		морковь	12,5			0,49				
		лук реп.	11,5			0,43				
		масло растительное	3			0,84				
2 блюдо		93/107		лапша	10	2,54				
				Гуляш из отварной курицы	100	118,46	323	22,5	19,9	7
				Филе курицы	220	114,40				
				морковь	17	0,66				
				лук реп.	11,2	0,41				
гарнир		129/151		томатна паста	4	1,14				
				масло растительное	10	1,68				
				мука	4	0,17				
напиток		276/303		картофель отварной с маслом	180/7	9,77	207	11,5	6,4	32
				картофель	310	2,88				
	масло сливочное			5	6,89					
хлеб бел.	г.п.		яблочно-лимонный напиток	200	17,34	101	0,3	0,2	2,5	
			яблоко	57	10,55					
			сахар	20	1,83					
хлеб черн.	г.п.		лимон	16	4,96					
			хлеб пшеничный	50	2,15	245	7	1,2	50,8	
			хлеб ржаной	40	1,76	74,4	2,3	0,3	14,8	
<b>Итого</b>				<b>187,80</b>	<b>1155,6</b>	<b>50,72</b>	<b>48,65</b>	<b>139,93</b>		
Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (банан)	150	37,05	144	2,3	0,8	31,5	
			напиток	200	17,55	92	1	0	25,4	
			сладкое	50	10,4	200	1,8	6,5	34	
<b>Итого</b>				<b>65</b>	<b>436</b>	<b>5,1</b>	<b>7,3</b>	<b>90,9</b>		
Завтрак 2	закуска	39/47	Салат Студенческий	100	6,3945	137	3,8	10,5	6,8	
			картофель	45	2,025					
			морковь	27,5	1,0725					
			зеленый горошек консерв.	27	1,647					
			яйцо вареное	15	1,65					
	гарнир	99/113		Биточки мясные с маслом	120/50	65,94735	315	21,1	15	14,2
				Биточки	100	62,1				
				Соус	5,3	3,84735				
				лук реп.	1	0,037				
				томатна паста	5	1,4275				
				масло сливочное	0,7	0,9646				
				мука	2	0,083				
				морковь	3	0,117				
гор.блюдо	166/189		сахар	0,5	0,04575					
			масло растительное	7	1,1725					
			Каша перловая рассыпчатая	200	10,546	240	21,1	15	14,2	
			перловка	67	2,278					
хлеб бел.	г.п.		масло сливочное	6	8,268					
			хлеб пшеничный	55	2,365	131	3,8	1,8	25,7	
			хлеб черн.	40	1,76	74,4	2,3	0,3	14,8	
гор. Напиток	269/296		чай с сахаром	200	1,2014	35	0,1	0,03	9,9	
			чай	0,4	0,2864					
			сахар	10	0,915					
<b>Итого</b>				<b>81,81975</b>	<b>795,4</b>	<b>48,4</b>	<b>32,13</b>	<b>78,8</b>		
завтрак 2	кисломолочный напиток	г.п.	кефир	200	23,6	100	5,8	5	8	
			сладкое	40	10,8	166,8	2,9	3,8	166,8	
<b>Итого</b>				<b>34,4</b>	<b>266,8</b>	<b>8,7</b>	<b>8,8</b>	<b>174,8</b>		
<b>Итого за весь день</b>				<b>427,30</b>	<b>3284,8</b>	<b>131,22</b>	<b>119,28</b>	<b>590,73</b>		

## Основное организованное меню

Утверждаю \_\_\_\_\_  
 директор МБОУ  
 Целинной ОШИ №15  
 Н.А. Делявская  
 Понедельник  
 16.03.2026г

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 приходящие		Отд./корп	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г			День		
Завтрак	гор.блюдо	173/196	Каша рисовая вязкая	15	26,04	270,8	5,1	15,3	29,3
			масло сливочное	5	6,89				
			рис	40	3,60				
			молоко	148	15,10				
				сахар	5	0,46			
	Фрукт	г.п	фрукт (банан)	190	37,05	70,88	1,13	0,38	14,25
	напиток	г.п	кефир	200	23,60	100	5,8	5	8
			бтерброд с маслом	3	5,42	106	5	3	14,5
				масло сливочное	3	4,13			
		г.п	хлеб пшеничный	30	1,29				
<b>Итого</b>				<b>92,12</b>	<b>547,68</b>	<b>17,03</b>	<b>23,68</b>	<b>66,05</b>	
Обед	закуска	36/44	Винегрет овощной с фасолью	100	12,15	95,2	4,32	17,9	15,03
			картофель отварной	20	0,90				
			лук реп.	6	0,22				
			масло растительное	8	1,34				
			Фасоль консерв.	24	2,29				
			огурец соленый	18	6,55				
			свекла	14	0,53				
			морковь	8	0,31				
	1 блюдо	60/73	суп картофельный с лапшой	200	5,67	88	2,24	2,2	11,24
			картофель	60	2,70				
			морковь	8	0,31				
			лук реп.	8	0,30				
			масло растительное	2	0,34				
				лапша	8	2,03			
	2 блюдо	119/135	Гуляш из мяса птицы	90	110,87	268,2	11,2	17,91	6,3
			Филе куриное	198	102,96				
			морковь	19,1	0,74				
			мука	3,3	0,14				
			томатная паста	3,3	0,94				
			лук реп.	15,4	0,57				
			масло сливочное	4	5,51				
	гарнир	202/225	картофель отварной	150	19,46	121	3,5	3,8	25
			Картофель	310	13,95				
			масло сливочное	4	5,51				
	напиток	276/303	яблочно-лимонный напиток	200	17,34	78	0,3	0,2	25,1
			яблоко	57	10,55				
			сахар	20	1,83				
лимон			16	4,96					
хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,72	93,5	3,5	0,5	24,15	
хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	40	1,76	74,4	2,3	0,3	14,8	
<b>Итого</b>				<b>168,96</b>	<b>818,3</b>	<b>27,36</b>	<b>42,81</b>	<b>121,62</b>	
<b>Итого за весь день</b>				<b>261,08</b>	<b>1365,98</b>	<b>44,39</b>	<b>66,49</b>	<b>187,67</b>	

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

**Основное организованное меню**

Школа		МБОУ Целинная ОШИ № 15		Отд./корп	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	Понедельник 16.03.2026г	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	Понедельник 16.03.2026г	
Завтрак	гор.блюдо	173/196	Наша рисовая вязкая	180/5	33,21	218	5	7	29,2		
			масло сливочное	5	6,89						
			рис	55	4,95						
			молоко	205	20,91						
			сахар	5	0,46						
	напиток	272/299		Кофейный напиток на	200	11,52	109	3,2	2,8	18,5	
				молоке	2	0,40					
				кофейный напиток	10	0,92					
				сахар	100	10,20					
	хлеб	231/254		блины с маслом	80	7,31	80,8	2,32	4,08	12,72	
				мука	50	2,08					
				сахар	2	0,18					
				соль	1	0,04					
				дрожжи	0,5	0,10					
				масло растительное	5	0,50					
яйцо вареное				40	4,40	63	5,08	4,6	0,28		
г.п											
<b>Итого</b>					<b>56,43</b>	<b>470,8</b>	<b>15,6</b>	<b>18,48</b>	<b>60,7</b>		
Обед	закуска	36/44	Винегрет овощной с	100	12,37	95,2	4,32	17,9	15,3		
			фасолью	20	0,90						
			картофель отварной	12	0,44						
			лук реп.	8	1,34						
			масло растительное	8	0,31						
			морковь	14	0,53						
			свекла	26	2,29						
			фасоль	18	6,55						
			консервированная								
			огурец соленый								
	1 блюдо	60/73		суп картофельный с	200	5,67	88	2,24	2,2	11,24	
				лапшой	60	2,70					
				картофель	8	0,31					
				морковь	8	0,30					
				лук реп.	2	0,34					
	2 блюдо	93/107		Гуляш из отварной	90	55,33	268,2	11,2	17,91	6,3	
				курицы	100	52,00					
				Филе курицы	13,5	0,53					
				морковь	11,2	0,41					
				лук реп.	3,3	0,14					
				мука	3,3	0,94					
				томатна паста	7,8	1,31					
	масло растительное										
	гарнир	202/225		картофель отварной с	180/4	19,46	151	3,5	3,8	25	
				маслом	310	13,95					
				картофель	4	5,51					
	напиток	276/303		яблочно-лимонный	200	17,34	78	0,3	0,2	25,1	
				напиток	57	10,55					
				яблоко	20	1,83					
				сахар	16	4,96					
	хлеб бел.	г.п.		хлеб пшеничный	40	1,72	93,5	3,5	0,5	24,15	
				хлеб ржаной	40	1,76	74,4	2,3	0,3	14,8	
	хлеб черн.	г.п.		хлеб ржаной	40	1,76	74,4	2,3	0,3	14,8	
				хлеб ржаной	40	1,76	74,4	2,3	0,3	14,8	
	<b>Итого</b>					<b>113,64</b>	<b>848,3</b>	<b>27,36</b>	<b>42,81</b>	<b>121,89</b>	
Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (банан)	100	19,5	96	1,13	0,38	14,25		
			напиток	200	17,55	92	1	0	25,4		
			сладкое	50	6,24	200	1,8	6,5	34		
<b>Итого</b>					<b>43,29</b>	<b>388</b>	<b>3,93</b>	<b>6,88</b>	<b>73,65</b>		
Завтрак 2	Салат	39/47	Салат Студенческий	80/30	9,1725	137	3,8	10,5	6,8		
			картофель	62	2,79						
			Морковь	27,5	1,0725						
			зеленый горошек	27	3,66						
			яйцо	15	1,65						
	гарнир	99/113		Биточки мясные с соусом	80/30	52,979	200	13,8	11,1	11,1	
				Биточки	80	49,68					
				соус	12,3	3,299					
				лук реп.	0,5	0,0185					
				томатна паста	3	0,8565					
				масло сливочное	1,7	2,3426					
				мука	1,3	0,05395					
	гор.блюдо	166/189		Наша перловая рассыпчат	150	10,546	76,5	4,2	5,7	2,4	
				Перловка	67	2,278					
				масло сливочное	6	8,268					
хлеб бел.	г.п.		хлеб пшеничный	35	1,505	119,09	3,45	1,36	23,36		
			хлеб ржаной	35	1,54	74,4	2,3	0,3	14,8		
гор. Напиток	269/296		чай с сахаром	200	1,2014	35	0,1	0,03	9,9		
			чай	0,4	0,2864						
			сахар	10	0,915						
<b>Итого</b>					<b>76,9439</b>	<b>641,99</b>	<b>23,85</b>	<b>18,49</b>	<b>61,56</b>		
завтрак 2	кисломолочный напиток	г.п.	Кефир	200	23,6	100	5,8	5			
			сладкое	г.п.	Печенье сахарное	30	8,1	125,1	2,18	2,85	125,1
<b>Итого</b>					<b>31,7</b>	<b>225,1</b>	<b>7,98</b>	<b>86,66</b>	<b>317,8</b>		
<b>Итого за весь день</b>					<b>322,01</b>	<b>2574,19</b>	<b>78,72</b>	<b>173,32</b>	<b>635,6</b>		

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 471092413905542759889334510250069883863198699200

Владелец Делявская Наталья Анатольевна

Действителен с 12.01.2026 по 12.01.2027