

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 18.03.2026г.
Прием лица	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	182/205	каша манная молочная						
			жидкая	29	35,34	210	10,2	12,8	42,3
			крупа манная	39	2,70				
			молоко	220	22,44				
			Сахар	6	0,55				
	гор.напиток	275/302	масло сливочное	7	9,65				
			какао на сгущенном молоке	200	6,19	120	3,5	3,4	19,6
			какао порошок	2	0,30				
	напиток	г.п.	молоко сгущенное	38	5,89				
			кефир	200	23,60	100	5,8	5	8
	Фрукт	г.п.	фрукт (Яблоко)	180	33,30	33,3	0,3	0,3	6,755
	хлеб	4/12.	бутерброд с повидлом	30/40/10	22,47	122	2,4	7,5	36,9
масло сливочное			10	13,78					
повидло			40	7,88					
Итого					120,90	585,3	22,2	29	113,555
Обед	закуска	14/22	салат "Из свежих огурцов и помидор"	100	31,97	81	0,7	7,4	2,9
			огурец свежий	50	16,25				
			помидор	47	14,10				
			лук реп.	18	0,67				
			масло растительное	5	0,84				
			кислота лимонная	0,5	0,01				
			сахар	1	0,09				
			соль	0,3	0,01				
	1 блюдо	56/69	рассольник Ленинградский	250/10	25,15	120	18,16	5,3	15,4
			картофель	93,3	4,20				
			крупа перловая	5	0,17				
			морковь	12,5	0,49				
			лук реп.	6,6	0,24				
			масло сливочное	5	6,89				
			огурец соленый	26,6	9,68				
	сметана	10	3,48						
	2 блюдо	77/91	рыба припущенная "Минтай"	100	59,38	259,2	3	14,5	2,16
			морковь	4	0,16				
			минтай	246	59,04				
			лук реп.	5	0,19				
	гарнир	131/153	картофельное пюре	180	19,88	168	3,7	6,3	23,4
			картофель	193,5	8,71				
			масло сливочное	6	8,27				
			молоко кипяченое	28,5	2,91				
	напиток	291/318	кисель плодово - ягодный	200	13,00	76	0	0	20
	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
	соус	227/250	соус белый основной	20	1,81	61,5	4,7	4,35	0,95
			мука	1,25	0,05				
			лук реп.	1	0,04				
			масло сливочное	1,25	1,72				
Итого					154,67	933,6	36,06	38,65	103,76
Итого за весь день					275,57	1518,9	58,26	67,65	217,315

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

Основное организованное меню

МБОУ Целинная ОШИ № 15		7-11 лет		Озд./физп				День		Среда 18.03.2026г				
Школа	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы					
Завтрак	гор.блюдо	182/205	каша манная молочная жидкая	180/5.	25,40	234	7,3	9,2	30,5					
			крупа манная	28	1,94									
			молоко	158	16,12									
			Сахар	5	0,46									
			масло сливочное	5	6,89									
	гор.напиток	275/302	какао на сгущенном молоке	200	4,70			3,5	3,4	19,6				
			какао порошок	2	0,30									
			молоко сгущенное	38	5,89									
		г.п.		яйцо вареное	40	4,40								
	хлеб	4/12.		бутерброд с повидлом	40-50-10	25,35	222	2,4	7,5	36,9				
				масло сливочное	10	13,78								
				хлеб пшеничный	40	1,72								
повидло				50	9,85									
Итого					55,45	456	13,2	20,1	87					
Обед	закуска	20/28	салат "из свежих огурцов и помидор"	60	22,47	81	0,7	7,4	2,9					
			огурец свежий	30	9,75									
			помидор	38	11,40									
			лук реп.	10	0,37									
			масло растительное	5	0,84									
			кислота лимонная	0,5	0,007									
			сахар	1	0,09									
			соль	0,3	0,01									
			1 блюдо	56/69	рассольник Ленинградский	250/10	25,15	120	18,16	5,3	15,4			
					картофель	93,3	4,20							
	крупа перловая	5			0,17									
	морковь	12,5			0,49									
	лук реп.	6,5			0,24									
	масло сливочное	5			6,89									
	огурец соленый	26,6			9,68									
	сметана	10	3,48											
	2 блюдо	77/91	рыба припущенная "Минтай"	90	47,46	224	18,2	10,2	2					
			минтай	196	47,04									
			морковь	5	0,20									
			лук реп.	6	0,22									
	соус	227/250	соус белый основной	20	1,81	49,2	3,76	3,48	0,76					
			лук реп.	1	0,04									
			масло сливочное	1,25	1,72									
	гарнир	131/153	мука	1,25	0,05									
			картофельное пюре	150	16,58	140	1,8	1,2	0,81					
			картофель	161,5	7,27									
			масло сливочное	5	6,89									
напиток	291/318	кисель плодово - ягодный	200	13,00	76	0	0	20						
		хлеб бел.	г.п.	40	1,72	93,5	3,5	0,5	24,15					
		хлеб черн.	г.п.	40	1,76	65,1	2,01	0,26	1,04					
		хлеб ржаной	40	1,76	65,1	2,01	0,26	1,04						
Итого				129,95	848,8	48,13	28,34	67,06						
Подник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (яблоко)	180	33,3	33,3	0,3	0,3	6,75					
	напиток	г.п.	сок фруктовый	200	17,4	92	1	0	25,4					
	сладкое	г.п.	пряник	50	10,4	200	1,8	6,5	34					
Итого				61,1	325,3	3,1	6,8	66,15						
Ужин	закуска	18/26	салат из моркови с яблоком	100	11,48575	67	0,9	3,4	8,4					
			морковь	80	3,12									
			яблоко	23	4,255									
			масло растительное	24	4,02									
			кислота лимонная	0,3	0,0042									
			Сахар	0,8	0,0732									
			соль	0,3	0,01335									
			гор.блюдо	123/145	плов с мясом птицы	170	57,2021	443,7	12,1	9,2	36,8			
					куры	160,5	49,9155							
					масло растительное	3,5	0,58625							
	лук реп.	10,8			0,3996									
	морковь	11,5			0,4485									
	крупа рисовая	41			3,69									
	масло растительное	9,5			1,59125									
	томатна паста	2	0,571											
	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					
	гор напиток	268/295	чай с сахаром	200	1,2014	35	0,1	0,03	9,9					
			чай	0,4	0,2864									
			сахар	10	0,915									
Итого				73,36925	713,6	18,9	13,43	94,05						
завтрак 2	кисломолочный напиток	г.п.	Кефир	200	23,6	100	5,8	5	8					
			ватрушка с творогом	50	14,363	136	5,8	3,6	19,4					
	сладкое	252/276	мука	32	1,328									
			сахар	3,1	0,28365									
			масло сливочное	2	2,756									
			яйцо	8шт	0,88									
			дрожжи	0,2	0,04									
			соль	0,4	0,0178									
			масло растительное	0,2	0,0335									
			ванилин	0,002	0,00005									
			творог	16	9,024									
Итого				37,963	236	11,6	8,6	27,4						
Итого за весь день				357,83	2579,7	94,93	77,27	341,66						

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

Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 1-4 классы 7-11 приходящие			Отд./корп				День	Среда 18.03.2026г		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор.блюдо	182/205	каша манная молочная жидкая	150	25,40	234	7,3	9,2	30,5		
			крупа манная	28	1,94						
			молоко	158	16,12						
			Сахар	5	0,46						
			масло сливочное	5	6,89						
	гор.напиток	275/302	какао на сгущенном молоке	200	6,19	120	3,5	3,4	19,6		
			какао порошок	2	0,30						
			молоко сгущенное	38	5,89						
	напиток	г.п.	кефир	200	23,60	100	5,8	5	8		
	фрукт	г.п.	фрукт (Яблоко)	180	33,30	33,3	0,3	0,3	6,75		
	хлеб	4/12.	бутерброд с повидлом	30/40/10	17,47	222	2,4	7,5	36,9		
			хлеб пшеничный	30	1,29						
		повидло	40	7,88							
Итого					105,96	709,3	19,3	25,4	101,75		
Обед	закуска	20/28	салат "Из свежих огурцов и помидор"	100	22,47	61	0,7	7,4	2,9		
			огурец свежий	30	9,75						
			помидор	38	11,40						
			лук реп.	10	0,37						
			масло растительное	5	0,84						
			кислота лимонная	0,5	0,007						
			сахар	1	0,09						
			соль	0,3	0,01						
			1 блюдо	56/69	рассольник Ленинградский	250/10	25,15	120	18,16	5,3	15,4
					картофель	93,3	4,20				
	крупа перловая	5			0,17						
	морковь	12,5			0,49						
	лук реп.	6,6			0,24						
	масло сливочное	5			6,89						
	2 блюдо	77/91	рыба припущенная "Минтай"	90	47,46	226	18,2	10,2	2		
			минтай	196	47,04						
			морковь	5	0,20						
			лук реп.	6	0,22						
	соус	227/250	соус белый основной	20	1,81	45,2	3,76	3,48	0,76		
			лук реп.	1	0,04						
			масло сливочное	1,25	1,72						
			мука	1,25	0,05						
	гарнир	131/153	картофельное пюре	150	16,58	140	1,8	1,2	0,81		
			картофель	161,5	7,27						
			масло сливочное	5	6,89						
			молоко кипяченое	23,75	2,42						
	напиток	291/318	кисель плодово - ягодный	200	13,00	76	0	0	20		
	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	65,1	2,01	0,26	1,04		
	Итого					129,95	826,8	48,13	28,34	67,06	
Итого за весь день					235,91	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		Отд./карт				Среды			
12-18 лет		примысливание						18.03.2026г.			
Пример меню	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор.блюдо	182/205	каша манная молочная жидкая	250	35,34	325	10,2	12,8	42,3		
			крупа манная	39	2,70						
			молоко	220	22,44						
			Сахар	6	0,55						
			масло сливочное	7	9,65						
	гор.напиток	275/302	какао на сгущенном молоке	200	6,19	120	3,5	3,4	19,6		
			какао порошок	2	0,30						
			молоко сгущенное	38	5,89						
	хлеб	4/12.	бутерброд с повидлом	43/40/10	17,47	349	4,1	12,6	55,6		
			хлеб пшеничный	30	1,29						
				повидло	40	7,88					
Итого					59,00	794	17,8	28,8	117,5		
Обед	закуска	20/28	салат "из свежих огурцов и помидор"	100	31,93	81	0,7	7,4	2,9		
			огурец свежий	50	16,25						
			помидор	47	14,10						
			лук реп.	18	0,63						
			масло растительное	5	0,84						
			кислота лимонная	0,5	0,007						
			сахар	1	0,09						
			соль	0,3	0,01						
	1 блюдо	56/69	рассольник Ленинградский	250/10	25,15	120	18,16	5,3	15,4		
			картофель	93,3	4,20						
			крупа перловая	5	0,17						
			морковь	12,5	0,49						
			лук реп.	6,6	0,24						
			масло сливочное	5	6,89						
			огурец соленый	26,6	9,68						
			сметана	10	3,48						
	2 блюдо	77/91	рыба припущенная "Минтай"	100	59,38	259,2	3	14,5	2,16		
			морковь	4	0,16						
			минтай	246	59,04						
			лук реп.	5	0,19						
	гарнир	131/153	картофельное пюре	180	19,88	168	3,7	6,3	23,4		
			картофель	193,5	8,71						
			масло сливочное	6	8,27						
			молоко кипяченое	28,5	2,91						
	напиток	291/318	кисель плодово - ягодный	200	11,80	76	0	0	20		
	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		
соус	227/250	соус белый основной	20	1,81	49,2	3,76	3,48	0,76			
		мука	1,25	0,05							
		лук реп.	1	0,04							
		масло сливочное	1,25	1,72							
Итого					153,43	921,3	35,12	37,78	103,57		
Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (яблоко)	180	33,3	33,3	0,3	0,3	6,75		
	напиток	г.п.	сок фруктовый	200	17,55	92	1	0	25,4		
	сладкое	г.п.	пряник	50	10,4	200	1,8	6,5	34		
Итого					61,25	325,3	3,1	6,8	66,15		
Ужин	закуска	18/26	салат из моркови с яблока	100	8,13575	67	0,9	3,4	8,4		
			морковь	80	3,12						
			яблоко	23	4,255						
			масло растительное	4	0,67						
			кислота лимонная	0,3	0,0042						
			Сахар	0,8	0,0732						
			соль	0,3	0,01335						
			гор.блюдо	123/145	плов с мясом птицы	200	68,7264	522	21	27	44,2
			куры	196,5	61,1115						
			лук реп.	12,5	0,4625						
			морковь	13	0,507						
			крупа рисовая	47	4,23						
			масло растительное	10,5	1,75875						
			томатна паста	2,3	0,65665						
			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
	гор напиток	268/295	чай с сахаром	200/20	1,273	114,8	0,1	0,03	30,1		
			чай	0,4	0,358						
			сахар	10	0,915						
			Итого					81,61515	871,7	27,8	31,23
завтрак 2	кисломолочный напиток	252/276	кефир	200	23,6	100	5,8	5	8		
			ватрушка с творогом	50	12,529762	136	5,8	3,6	19,4		
			мука	25	1,0375						
			сахар	1,3	0,11895						
			масло сливочное	1	1,378						
			яйцо	8шт	0,88						
			дрожжи	0,2	0,04						
			соль	0,4	0,0178						
			масло растительное	0,2	0,0335						
			ванилин	0,002	0,000012						
			творог	16	9,024						
			Итого за весь день					391,42	3148,3	195,42	113,21

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 471092413905542759889334510250069883863198699200

Владелец Делявская Наталья Анатольевна

Действителен с 12.01.2026 по 12.01.2027