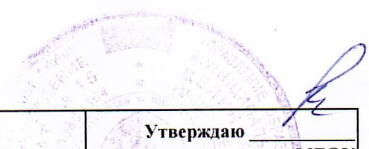


Утверждаю
директор МБОУ
Целинной ОШИ №15
Н.А. Делявская

Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 лет проживающие		Отд./корп				День	Понедельник 18.05.2026г			
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор.блюдо	173/196	Каша рисовая вязкая	180/5	35,05	218	5	7	29,2		
			масло сливочное	5	6,53						
			рис	55	6,33						
			молоко	205	21,73						
			сахар	5	0,47						
	напиток	272/299	Кофейный напиток на молоке	200	11,94	109	3,2	2,8	18,5		
			кофейный напиток	2	0,40						
			сахар	10	0,94						
			молоко	100	10,60						
	хлеб	231/254	блины с маслом	80	8,55	80,8	2,32	4,08	12,72		
			мука	50	2,10						
			сахар	2	0,19						
			соль	1	0,05						
			дрожжи	0,5	0,10						
масло растительное			5	0,52							
г.п			яйцо вареное	40	5,60	63	5,08	4,6	0,28		
Итого				61,14	470,8	15,6	18,48	60,7			
Обед	закуска	36/44	Винегрет овощной с фасолью	100	13,08	95,2	4,32	17,9	15,3		
			картофель отварной	20	0,90						
			лук реп.	12	0,56						
			масло растительное	8	1,38						
			морковь	8	0,38						
			свекла	14	0,70						
			фасоль консервированная	26	2,31						
			огурец соленый	18	6,84						
			1 блюдо	60/73	суп картофельный с лапшой	200	5,83	88	2,24	2,2	11,24
					картофель	60	2,70				
	морковь	8			0,38						
	лук реп.	8			0,38						
	масло растительное	2			0,34						
	2 блюдо	93/107	Гуляш из отварной курицы	90	56,80	268,2	11,2	17,91	6,3		
			Филе курицы	100	53,10						
			морковь	13,5	0,65						
			лук реп.	11,2	0,53						
			мука	3,3	0,14						
	гарнир	202/225	томатна паста	3,3	1,04						
			масло растительное	7,8	1,34						
			картофель отварной с маслом	180/4	19,17	151	3,5	3,8	25		
			картофель	310	13,95						
			масло сливочное	4	5,22						
	напиток	276/303	яблочно-лимонный напиток	200	18,26	78	0,3	0,2	25,1		
			яблоко	57	10,55						
			сахар	20	1,87						
			лимон	16	5,84						
	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		
	Итого				116,62	848,3	27,36	42,81	121,89		
	Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (банан)	100	23,5	96	1,13	0,38	14,25	
		напиток	г.п.	сок фруктовый	200	22,106	92	1	0	25,4	
		сладкое	г.п.	пряник	50	6,24	200	1,8	6,5	34	
	Итого				51,846	388	3,93	6,88	73,65		
Салат	39/47	Салат Студенческий	80/30	9,93	137	3,8	10,5	6,8			
		картофель	62	2,79							
		Морковь	27,5	1,32							
		зеленый горошек	27	3,72							
		яйцо	15	2,1							
гарнир	99/113	Биточки мясные с соусом	80/30	42,15359	200	13,8	11,1	11,1			
		Биточки	80	38,88							
		соус	12,3	3,273585							
		лук реп.	0,5	0,0235							
		томатна паста	3	0,948							
		масло сливочное	1,7	2,219435							
		мука	1,3	0,0546							
		сахар	0,03	0,02805							
		гор.блюдо	166/189	Наша перловая рассыпчатая	150	10,4128	76,5	4,2	5,7	2,4	
				Перловка	67	2,5795					
масло сливочное	6			7,8333							
хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	35	1,505	119,09	3,45	1,36	23,36			
хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	35	1,54	74,4	2,3	0,3	14,8			
гор. Напиток	269/296	чай с сахаром	200	1,2214	35	0,1	0,03	9,9			
		чай	0,4	0,2864							
		сахар	10	0,935							
Итого				66,76279	641,99	23,85	18,49	61,56			
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		
Итого				31,7	225,1	7,98	86,66	317,8			
Итого за весь день					328,06	2574,19	78,72	173,32	635,6		



Основное организованное меню

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

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 приходящие		Отд./корп	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	173/196	Каша рисовая вязкая	15	27,28	270,8	5,1	15,3	29,3
			масло сливочное	5	6,53				
			рис	11	4,60				
			молоко	148	15,69				
			сахар	5	0,47				
	Фрукт	г.п	фрукт (банан)	190	44,65	70,88	1,13	0,38	14,25
	напиток	г.п	кефир	200	23,60	100	5,8	5	8
			бтерброд с маслом	3	5,21	106	5	3	14,5
		масло сливочное	3	3,92					
	г.п	хлеб пшеничный	30	1,29					
Итого					100,74	547,68	17,03	23,68	66,05
Обед	закуска	36/44	Винегрет овощной с фасолью	100	12,80	95,2	4,32	17,9	15,03
			картофель отварной	20	0,90				
			лук реп.	6	0,28				
			масло растительное	8	1,38				
			Фасоль консерв.	24	2,31				
			огурец соленый	18	6,84				
			свекла	14	0,70				
			морковь	8	0,38				
	1 блюдо	60/73	суп картофельный с лапшой	200	5,83	88	2,24	2,2	11,24
			картофель	60	2,70				
			морковь	8	0,38				
			лук реп.	8	0,38				
			масло растительное	2	0,34				
	2 блюдо	119/135	лапша	8	2,03				
			Гуляш из мяса птицы	90	113,18	268,2	11,2	17,91	6,3
			Филе куриное	198	105,14				
			морковь	19,1	0,92				
			мука	3,3	0,14				
			томатная паста	3,3	1,04				
			лук реп.	15,4	0,72				
	масло сливочное	4	5,22						
	гарнир	202/225	картофель отварной	150	19,17	121	3,5	3,8	25
			Картофель	310	13,95				
масло сливочное			4	5,22					
напиток	276/303	яблочно-лимонный напиток	200	18,26	78	0,3	0,2	25,1	
		яблоко	57	10,55					
		сахар	20	1,87					
		лимон	16	5,84					
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	
Итого				172,72	818,3	27,36	42,81	121,62	
Итого за весь день					273,46	1365,98	44,39	66,49	187,67

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

Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет проживающие			Отд./корп			День	Понедельник 18.05.2026г				
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	гор.блюдо	173/196	Каша рисовая вязкая	250	37,75	296	9,7	12	54,4			
			масло сливочное	7	9,14							
			рис	55	6,33							
			молоко	205	21,73							
				сахар	6	0,56						
	гор.напиток	272/299		кофейный напиток на молоке	200	12,18	109	3,2	2,8	18,5		
				молоко	100	10,60						
				кофейный напиток	8	0,64						
				сахар	10	0,94						
	хлеб	231/254		блины с маслом	100	10,28	226	5,4	7,6	33,4		
				мука	50	2,10						
				сахар	2	0,19						
				соль	1	0,05						
				дрожжи	1	0,20						
масло растительное				3	0,52							
масло сливочное				5	6,53							
яйцо вареное				40	0,70							
Итого				60,21	631	18,3	22,4	106,3				
Обед	закуска	43/51	Винегрет овощной с фасолью	100	31,13	95,2	4,32	17,9	15,03			
			картофель отварной	25	1,13							
			лук реп.	14	0,66							
			масло растительное	10	17,20							
			фасоль консервированная	27	2,40							
			морковь	10	0,48							
			свекла	18	0,90							
			огурец соленый	22	8,36							
			1 блюдо	60/73		суп картофельный с лапшой	250	8,72	110	2,8	2,75	17,8
			картофель			93	4,19					
	морковь	12,5	0,60									
	лук реп.	11,5	0,54									
	масло растительное	3	0,86									
	лапша	10	2,54									
	2 блюдо	93/107		Гуляш из отварной курицы	100	121,31	323	22,5	19,9	7		
	Филе курицы			220	116,82							
	морковь			17	0,82							
	лук реп.			11,2	0,53							
	томатна паста			4	1,26							
	масло растительное			10	1,72							
	гарнир	129/151		картофель отварной с маслом	180/7	9,41	207	11,5	6,4	32		
				картофель	310	2,88						
				масло сливочное	5	6,53						
				яблочно-лимонный напиток	200	18,26	101	0,3	0,2	2,5		
	напиток	276/303		яблоко	57	10,55						
				сахар	20	1,87						
	хлеб бел.	г.п.		хлеб пшеничный	50	2,15	245	7	1,2	50,8		
				хлеб ржаной	40	1,76	74,4	2,3	0,3	14,8		
Итого				192,74	1155,6	50,72	48,65	139,93				
Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (банан)	150	44,65	144	2,3	0,8	31,5			
			сок фруктовый	200	22,106	92	1	0	25,4			
			пряник	50	10,4	200	1,8	6,5	34			
Итого				77,156	436	5,1	7,3	90,9				
Завтрак 2	закуска	39/47	Салат Студенческий	100	7,119	137	3,8	10,5	6,8			
			картофель	45	2,025							
			морковь	27,5	1,32							
			зеленый горошек консерв.	27	1,674							
			яйцо вареное	15	2,1							
			гарнир	99/113		Биточки мясные с маслом	120/50	52,61964	315	21,1	15	14,2
			Биточки			100	48,6					
			Соус			5,3	4,019635					
			лук реп.			1	0,047					
			томатна паста			5	1,58					
	масло сливочное	0,7	0,913885									
	мука	2	0,084									
	морковь	3	0,144									
	гор.блюдо	166/189		Каша перловая рассыпчатая	200	10,4128	240	21,1	15	14,2		
				перловка	67	2,5795						
				масло сливочное	6	7,8333						
				хлеб бел.	г.п.	55	2,365	131	3,8	1,8	25,7	
	хлеб черн.	г.п.	40	1,76	74,4	2,3	0,3	14,8				
	гор. Напиток	269/296		чай с сахаром	200	1,2214	35	0,1	0,03	9,9		
				чай	0,4	0,2864						
				сахар	10	0,935						
				Итого				68,37884	795,4	48,4	32,13	78,8
	кисломолочный напиток	г.п.		кефир	200	23,6	100	5,8	5	8		
				сладкое	г.п.	40	10,8	166,8	2,9	3,8	166,8	
	Итого				34,4	266,8	8,7	8,8	174,8			
	Итого за весь день					432,88	3284,8	131,22	119,28	590,73		

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

Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет приходящие			Отд./корп				День	Понедельник 18.05.2026г.	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	173/196	Каша рисовая вязкая	250	37,75	296	9,7	12	54,4	
			масло сливочное	7	9,14					
			рис	55	6,33					
			молоко	205	21,73					
				сахар	6	0,56				
	напиток	г.п		кефир	200	23,60	100	5,8	5	8
	фрукт	г.п		Фрукт (банан)	200	47,00	179,3	1,13	0,38	14,25
		02.окт		Бутерброд с маслом	200	6,74	328	6,7	9,6	13,2
				масло сливочное	5	6,53				
				хлеб пшеничный	40	0,22				
Итого					115,10	903,3	23,33	26,98	89,85	
Обед	закуска	43/51	Винегрет овощной с фасолью	100	4,02	95,2	4,32	17,9	15,03	
			картофель отварной	25	1,13					
			лук реп.	14	0,66					
			масло растительное	10	1,72					
			Фасоль консерв.	30	2,67					
			свекла	18	0,90					
			морковь	10,7	0,51					
	1 блюдо	60/73	суп картофельный с лапшой	250	8,38	110	2,8	2,75	17,8	
			картофель	93	4,19					
			морковь	12,5	0,60					
			лук реп.	11,5	0,54					
			масло растительное	3	0,52					
				лапша	10	2,54				
	2 блюдо	119/135	Гуляш из мяса птицы	100	121,92	323	22,5	19,9	7	
			Филе курицы	220	116,82					
			мука	4	0,17					
			лук реп.	18,7	0,88					
			морковь	22,3	1,07					
			масло растительное	10	1,72					
			томатная паста	4	1,26					
	гарнир	202/169	картофель отварной	180	19,17	151	3,5	3,8	25	
			картофель	310	13,95					
			масло сливочное	4	5,22					
	напиток	276/303	яблочно-лимонный напиток	200	18,26	101	0,3	0,2	2,5	
			яблоко	57	10,55					
			сахар	20	1,87					
				лимон	16	5,84				
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	
Итого					54,57	948,1	39,22	45,35	106,28	
Итого за весь день					169,66	1851,4	62,55	72,33	196,13	