

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

**Основное организованное меню**

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет проживающие		Отд./корп	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	Вторник 19.05.2026г		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Выход, г								
Завтрак	гор. Блюдо	125/238	Каша гречневая молочная вязкая	180/5	23,21075	240	8,2	8	33,4		
			гречка	63	3,402						
			молоко	120	12,72						
			сахар	6	0,561						
			масло сливочное	5	6,52775						
			гор.напиток	272/29	кофейный напиток на молоке	200	59,844	94	2,9	2,8	11,2
					кофейный напиток	8	0,644				
					молоко	100	10,6				
					сахар	10	0,935				
			хлеб	3/11.	сырники из творога	100/10	48,6	125	25	15	20
бутерброд с сыром	50/20	19,31			167	7,6	4,3	17,2			
хлеб пшеничный	50	2,15									
			сыр	22\01.	17,16						
<b>Итого</b>				<b>102,3648</b>	<b>626</b>	<b>43,7</b>	<b>30,1</b>	<b>81,8</b>			
Обед	закуска	39/47	салат "из белокочанной капусты с зелюгорошком"	100	13,792	122	4,2	9,2	5,7		
			капуста белокочанная	84	4,032						
			морковь	25	1,2						
			гороше консерв.	20	1,24						
			яйцо	40	5,6						
			масло растительное	8	1,72						
			1 блюдо	65/78	Борщ	300	9,644	165	2,8	5,6	8,3
					капуста белокочанная	30	1,44				
					картофель	32	1,44				
					морковь	16	0,768				
	лук реп.	14			0,658						
	масло растительное	6			1,032						
	свекла	64			3,2						
	сметана	10			3,4754						
	сахар	3,5			0,32725						
	томатна паста	3,5			1,106						
	2 блюдо	202/225	Макарони отварные с маслом	230/10	10,07975	301	8,4	6,4	51		
			макарони	64	3,552						
			масло сливочное	5	6,52775						
			гарнир	99/113	Котлета с соусом	120/50	55,59274	315	20,1	15,3	17
					котлета	100	50,25				
			соус	10	5,342735						
			лук реп.	1	0,047						
			морковь	3	0,144						
			масло сливочное	2,7	3,524985						
			томатна паста	5	1,58						
	сахар	0,5	0,04675								
	напиток	278/303	Напиток Яблочно-лимонный	200	18,255	101	0,3	0,2	0,8		
			Яблоко	57	10,545						
			лимон	16	5,84						
Сахар			20	1,87							
хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,72	93,5	3,5	0,5	24,15			
хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	20	0,88	37,2	1,15	0,15	7,4			
<b>Итого</b>				<b>109,96</b>	<b>1134,7</b>	<b>40,45</b>	<b>37,35</b>	<b>114,35</b>			
Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (Апельсин)	200	40	108	2,7	0,56	2,24		
	напиток	г.п.	сок фруктовый	200	22,106	92	1	0	25,4		
	сладкое	г.п.	Вафли	35	10,605	81	0,74	3,78	0,063		
<b>Итого</b>				<b>72,711</b>	<b>281</b>	<b>4,44</b>	<b>4,34</b>	<b>27,703</b>			
Ужин	закуска	93/107	Гуляш из отварной курицы	120/49	121,9633	315	4,3	0	37,8		
			Филе куриное	220	116,82						
			лук реп.	18,7	0,8789						
			морковь	22,3	1,0704						
			масло растительное	10	1,72						
			мука	5	0,21						
	гор.блюдо	129/151	Картофель отварной	180	6,66	176,4	4,3	0	37,8		
			картофель	310	13,95						
			масло сливочное	4	5,2222						
	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	269//296	чай с молоком	200	6,5214	35	0,1	0,03	9,9		
			чай	0,4	0,2864						
			Сахар	10	0,935						
			молоко	50	5,3						
<b>Итого</b>						<b>138,6247</b>	<b>694,3</b>	<b>14,5</b>	<b>0,83</b>	<b>124,45</b>	
завтрак 2			кисломолочный напиток	г.п.	кефир	200	23,6	100	5,8	5	8
	сладкое	г.п.	Печенье сахарное	40	10,8	166,8	2,9	0,7	166,8		
	<b>Итого</b>				<b>34,4</b>	<b>266,8</b>	<b>8,7</b>	<b>5,7</b>	<b>174,8</b>		
<b>Итого за весь день</b>				<b>458,06</b>	<b>2965,9</b>	<b>113</b>	<b>80,63</b>	<b>413,42</b>			

		<b>Основное организованное меню</b>				Утверждаю директор МБОУ Целинной ОШИ №15 Н.А. Делявская				
Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 приходящие			Отд./корп			День	Вторник 19.05.2026г		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор. Блюдо	125/238	Каша гречневая молочная	180/5	27,283	145	8,2	8	33,4	
			вязкая	120	12,72					
			молоко	63	3,402					
			гречка	6	0,561					
			сахар	7	9,13885					
			272/29	Кофейный напиток на молоке	200	12,179	94	2,9	2,8	11,2
				Кофейный напиток	8	0,644				
				сахар	10	0,935				
				молоко	100	10,6				
	напиток	г.п.		кефир	200	23,6	100	5,8	5	8
	Фрукт	г.п.		Фрукт (Апельсин)	200	40	108	2,7	0,56	2,24
	хлеб	3/11.		бутерброд с сыром	50/20.	19,31	102	5	3	14,5
хлеб пшеничный				50	2,15					
сыр				22/01.	17,16					
<b>Итого</b>					<b>129,503</b>	<b>549</b>	<b>24,6</b>	<b>19,36</b>	<b>69,34</b>	
Обед	закуска	сен.17	Салат "Из белокачанной капусты с зеленым горошком"	100	12,248	99	4,2	9,2	5,7	
			капуста белокачанная	84	4,032					
			гороше консерв.	20	1,24					
			яйцо	40	5,6					
			масло растительное	8	1,376					
	1 блюдо	65/78		Борщ с капустой и картофелем	300	14,16665	165	2,8	5,6	8,3
				капуста белокачанная	30	1,44				
				картофель	48	2,16				
				морковь	16	0,768				
				лук реп.	14	0,658				
				масло растительное	6	1,032				
				свекла	64	3,2				
				томатная паста	3,5	1,106				
				сметана	10	3,4754				
				сахар	3,5	0,32725				
	2 блюдо	129/151		Котлета с соусом	120/50	53,07	315	20,1	15,3	17
				Котлета	100	50,25				
				соус	5,3	2,815635				
				лук реп.	1	0,047				
				морковь	3	0,144				
				томатна паста	5	1,58				
				масло сливочное	0,7	0,913885				
				сахар	0,5	0,04675				
				мука	2	0,084				
				гарнир	129/151	Макароны отварные с маслом	230/10	10,07975	301	8,4
			Макароны	64	3,552					
			масло сливочное	5	6,52775					
	напиток	278/303		Напиток Яблочно-лимонный	200	18,255	101	0,3	0,2	0,8
				Яблоко	57	10,545				
				лимон	16	5,84				
				Сахар	20	1,87				
	хлеб бел.	г.п.		хлеб пшеничный	40	1,72	93,5	3,5	0,5	24,15
	хлеб черн.	г.п.		хлеб ржаной	20	0,88	37,2	1,15	0,15	7,4
<b>Итого</b>					<b>110,42</b>	<b>1111,7</b>	<b>40,45</b>	<b>37,35</b>	<b>114,35</b>	
<b>Итого за весь день</b>					<b>239,92</b>	<b>1660,7</b>	<b>65,05</b>	<b>56,71</b>	<b>183,69</b>	

Основное организованное меню										
Школа			МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 лет проживающие				Утверждаю директор МБОУ Целинной ОШИ №15 Н.А. Делявская			
Приним пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор. Блюдо	125/238	Каша гречневая молочная вязкая	150/5	77,291	158	8,2	8	33,4	
Завтрак			гречка	45	2,43					
Завтрак			сахар	5	0,4675					
Завтрак			молоко	86	9,116					
Завтрак			масло сливочное	5	65,2775					
Завтрак	гор. Блюдо	125/238	Сырники из творога	100/10	92,29025	125	25	15	20	
			творог	135	81					
			Яйцо	1/8шт	1,12					
			мука	20	0,84					
			сахар	15	1,4025					
			масло сливочное	5	6,52775					
			сгущенное молоко	10	1,4					
	гор.напиток	272/29	кофейный напиток на молоке	200	11,7282	94	2,9	2,8	11,2	
			кофейный напиток	2,4	0,1932					
			молоко	100	10,6					
			сахар	10	0,935					
	хлеб	3/11.	бутерброд с сыром	30/10.	9,87	106	5	3	14,5	
			хлеб пшеничный	30	1,29					
			сыр	11/01.	8,58					
<b>Итого</b>					<b>113,8885</b>	<b>483</b>	<b>41,1</b>	<b>28,8</b>	<b>79,1</b>	
Обед										
	закуска	39/47	салат "Из белокочанной капусты с зеленым горошком"	60	13,116	92	4,2	9,2	5,7	
			капуста белокочанная	68	3,264					
			лук	20	0,94					
			гороше консерв.	34	2,108					
			яйцо	40	5,6					
			масло растительное	7	1,204					
	1 блюдо	65/78	Борщ с капустой и картофелем	200	9,82732	110	1,9	6,6	10,13	
			капуста белокочанная	20	0,96					
			картофель	21	0,945					
			морковь	10	0,48					
			свекла	42	2,1					
			сахар	2	0,187					
			лук реп.	9	0,423					
			масло растительное	4	0,688					
			томатна паста	3	1,264					
			сметана	8	2,78032					
	2 блюдо	99/113	Котлета с соусом	90	53,82629	118,3	12	11	11	
			котлета	100	50,25					
			соус	12,3	3,576285					
			лук реп.	0,5	0,235					
			томатна паста	3	0,948					
			масло сливочное	1,7	2,219435					
			мука	1,3	0,0546					
			морковь	1,9	0,0912					
			сахар	0,3	0,02805					
	гарнир	129/151	макаронны отварные с маслом	200/10	4,204775	275	8,4	6,4	51	
			макаронны	64	3,552					
			масло сливочное	5	0,652775					
	напиток	278/303	Напиток Яблочно-лимонный	200	18,255	101	0,3	0,2	0,8	
			Яблоко	57	10,545					
			лимон	16	5,84					
			Сахар	20	1,87					
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,72	93,5	3,5	0,5	24,15	
	хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	20	0,88	37,2	1,15	0,15	7,4	
<b>Итого</b>					<b>101,83</b>	<b>827</b>	<b>31,45</b>	<b>34,05</b>	<b>110,18</b>	
Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (Апельсин)	200	40	108	2,7	0,56	2,24	
	напиток	г.п.	сок фруктовый	200	22,106	92	1	0	25,4	
	сладкое	г.п.	Вафли	35	11,55	81	0,74	3,78	0,063	
<b>Итого</b>					<b>73,656</b>	<b>281</b>	<b>4,44</b>	<b>4,34</b>	<b>27,703</b>	
Ужин	закуска	129/151	Картофель отварной с маслом	180	19,1722	151	3,5	3,8	25	
			картофель	310	13,95					
			масло сливочное	4	5,2222					
	гор.блюдо	93/107	Гуляш из отварной курицы	80/30	109,3016	268,2	11,2	17,91	6,3	
			лук реп.	15,4	0,7238					
			томатна паста	3,3	1,0428					
			морковь	19,1	0,9168					
			мука	3,3	0,1386					
			масло растительное	7,8	1,3416					
			Филе куриное	198	105,138					
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	35	1,505	81,81	3,06	0,44	1,76	
	хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	35	1,54	65,1	2,01	0,26	1,04	
	гор. Напиток	269//296	чай с молоком	200	6,5214	69	1,6	1,8	12,4	
			чай	0,4	0,2864					
			Сахар	10	0,935					
			молоко	50	5,3					
<b>Итого</b>					<b>138,0402</b>	<b>635,11</b>	<b>21,37</b>	<b>24,21</b>	<b>46,5</b>	
завтрак 2	кисломолочный напиток	г.п.	Кефир	200	23,6	100	5,8	5	8	
	сладкое	г.п.	Печенье сахарное	30	8,1	125,1	2,18	0,53	125,1	
<b>Итого</b>					<b>31,7</b>	<b>225,1</b>	<b>7,98</b>	<b>5,53</b>	<b>133,1</b>	
<b>Итого за весь день</b>					<b>459,11</b>	<b>2451,21</b>	<b>106,34</b>	<b>96,93</b>	<b>396,583</b>	

## Основное организованное меню

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

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 1-4 классы			Отд./корп				День	Вторник 19.05.2026г
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. Блюдо	125/238	каша гречневая	180/5	18,54125	158	8,2	8	33,4
			молочная вязкая						
			гречка						
			сахар						
			молоко						
			масло сливочное	5	6,52775				
	фрукт	г.п.	Фрукт (Апельсин)	200	40	108	2,7	0,56	2,24
	напиток	г.п.	кефир	200	23,6	100	5,8	5	8
		03.ноя	бутерброд с сыром	30/10.	9,87	106	5	3	14,5
			хлеб пшеничный	30	1,29				
			сыр	11/01.	8,58				
<b>Итого</b>					<b>92,01125</b>	<b>472</b>	<b>21,7</b>	<b>16,56</b>	<b>58,14</b>
Обед	закуска	39/47	салат "из белокачанной капусты с зеленым гор."	60	13,632	92	4,2	9,2	5,7
			капуста белокачанная	68	3,264				
			лук реп.	20	0,94				
			гороше консерв.	34	2,108				
			яйцо	40	5,6				
			масло растительное	10	1,72				
	1 блюдо	65/78	Борщ с капустой и картофелем	200	6,344	110	2,13	5,63	10,13
			капуста белокачанная	20	0,96				
			картофель	21	0,945				
			морковь	10	0,48				
			лук реп.	9	0,423				
			масло растительное	4	0,688				
			свекла	42	2,1				
			сметана	8	2,78032				
			томатна паста	3	2,528				
			сахар	2	0,748				
	2 блюдо	93/107	Котлета с соусом	80/30	56,83377	118,3	12	11	11
			Котлета	100	50,25				
			Соус	12,3	3,364785				
			лук реп.	0,5	0,0235				
			томатна паста	3	0,948				
			масло сливочное	1,7	2,219435				
			мука	1,3	0,0546				
			морковь	1,9	0,0912				
			сахар	0,3	0,02805				
			гарнир	129/151	Макароны с маслом	200/10	8,7742	275	8,4
			макароны	64	3,552				
			масло сливочное	4	5,2222				
	напиток	278/303	Напиток Яблочно- лимонный	200	18,255	101	0,3	0,2	0,8
			Яблоко	57	10,545				
			лимон	16	5,84				
			Сахар	20	1,87				
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,72	93,5	3,5	0,5	24,15
хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	20	0,88	37,2	1,15	0,15	7,4	
<b>Итого</b>					<b>106,44</b>	<b>827</b>	<b>31,68</b>	<b>33,08</b>	<b>110,18</b>
<b>Итого за весь день</b>					<b>198,45</b>	<b>1299</b>	<b>53,38</b>	<b>49,64</b>	<b>168,32</b>