

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

Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 лет проживающие		Отд./корп	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	Среда 20.05.2026г		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо									
Завтрак	гор.блюдо	182/205	каша манная молочная жидкая	180/5.	25,68	234	7,3	9,2	30,5			
			крупа манная	28	1,94							
			молоко	158	16,75							
			Сахар	5	0,47							
			масло сливочное	5	6,53							
	гор.напиток	275/302	какао на сгущенном молоке	200	5,90		3,5	3,4	19,6			
			какао порошок	2	0,30							
			молоко сгущенное	38	5,32							
	хлеб	4/12.	г.п.	яйцо вареное	40	5,60						
			Бутерброд с повидлом	40-50-10	22,05	222	2,4	7,5	36,9			
			масло сливочное	10	13,06							
			хлеб пшеничный	40	1,72							
			повидло	50	7,28							
Итого					53,63	456	13,2	20,1	87			
Обед	закуска	20/28	салат "из свежих огурцов и помидор"	50	22,59	81	0,7	7,4	2,9			
			огурец свежий	30	9,75							
			помидор	38	11,40							
			лук реп.	10	0,47							
			масло растительное	5	0,86							
			кислота лимонная	0,5	0,007							
			сахар	1	0,09							
			соль	0,3	0,01							
						рассольник						
	1 блюдо	56/69	Ленинградский	250/10	25,41	120	18,16	5,3	15,4			
			картофель	93,3	4,20							
			крупа перловая	5	0,19							
			морковь	12,5	0,60							
			лук реп.	6,6	0,31							
			масло сливочное	5	6,53							
			огурец соленый	26,6	10,11							
			сметана	10	3,48							
	2 блюдо	77/91	рыба припущенная "Минтай"	90	47,56	224	18,2	10,2	2			
			минтай	196	47,04							
			морковь	5	0,24							
			лук реп.	6	0,28							
	соус	227/250	соус белый основной	20	1,73	49,2	3,76	3,48	0,76			
			лук реп.	1	0,05							
			масло сливочное	1,25	1,63							
			мука	1,25	0,05							
	гарнир	131/153	картофельное пюре	150	16,31	140	1,8	1,2	0,81			
			картофель	161,5	7,27							
масло сливочное			5	6,53								
молоко кипяченое			23,75	2,52								
напиток	291/318	кисель плодово - ягодный	200	9,60	76	0	0	20				
		хлеб бел. г.п.	40	1,72	93,5	3,5	0,5	24,15				
		хлеб пшеничный г.п.	40	1,76	65,1	2,01	0,26	1,04				
		хлеб ржаной г.п.	40	1,76	65,1	2,01	0,26	1,04				
Итого				126,69	848,8	48,13	28,34	67,06				
Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (яблоко)	180	33,3	33,3	0,3	0,3	6,75			
	напиток	г.п.	сок фруктовый	200	22,106	92	1	0	25,4			
	сладкое	г.п.	пряник	50	10,4	200	1,8	6,5	34			
Итого				65,806	325,3	3,1	6,8	66,15				
Ужин	закуска	18/26	салат из моркови с яблоком	100	22,3155	67	0,9	3,4	8,4			
			морковь	80	9,94							
			яблоко	23	4,255							
			масло растительное	24	4,128							
			кислота лимонная	0,3	0,0042							
			Сахар	0,8	0,0748							
			соль	0,3	0,0135							
			гор.блюдо	123/145	плов с мясом птицы	170	55,8866	443,7	12,1	9,2	36,8	
					куры	160,5	47,3475					
					масло растительное	3,5	0,602					
	лук реп.	10,8			0,5076							
	морковь	11,5			0,4485							
	крупа рисовая	41			4,715							
	масло растительное	9,5			1,634							
	томатная паста	2			0,632							
	хлеб бел. г.п.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,72	93,5	3,5	0,5	24,15			
	хлеб черн. г.п.	г.п.	хлеб ржаной	40	1,76	74,4	2,3	0,3	14,8			
	гор напиток	268/295	чай с сахаром	200	1,2214	35	0,1	0,03	9,9			
			чай	0,4	0,2864							
			сахар	10	0,935							
	Итого				72,9035	713,6	18,9	13,43	94,05			
	завтрак 2	кисломолочный напиток	г.п.	Кефир	200	23,6	100	5,8	5	8		
		сладкое	252/276	ватрушка с творогом	50	15,0574	136	5,8	3,6	19,4		
				мука	32	1,344						
				сахар	3,1	0,28985						
				масло сливочное	2	2,6111						
				яйцо	8шт	1,12						
дрожжи				0,2	0,04							
соль				0,4	0,018							
масло растительное				0,2	0,0344							
ванилин				0,002	0,00005							
творог				16	9,6							
Итого							38,6574	236	11,6	8,6	27,4	
Итого за весь день							357,69	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					Среда 20.05.2026г	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	182/205	каша манная молочная жидкая	150	25,68	234	7,3	9,2	30,5	
			крупа манная	28	1,94					
			молоко	158	16,75					
			Сахар	5	0,47					
			масло сливочное	5	6,53					
	гор.напиток	275/302	какао на сгущенном молоке	200	5,62	120	3,5	3,4	19,6	
			какао порошок	2	0,30					
			молоко сгущенное	38	5,32					
	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	15,41	222	2,4	7,5	36,9		
		хлеб пшеничный	30	1,29						
			повидло	40	5,82					
Итого					103,61	709,3	19,3	25,4	101,75	
Обед	закуска	20/28	салат "Из свежих огурцов и помидор"	100	22,59	61	0,7	7,4	2,9	
			огурец свежий	30	9,75					
			помидор	38	11,40					
			лук реп.	10	0,47					
			масло растительное	5	0,86					
			кислота лимонная	0,5	0,007					
			сахар	1	0,09					
			соль	0,3	0,01					
	1 блюдо	56/69	рассольник Ленинградский	250/10	25,41	120	18,16	5,3	15,4	
			картофель	93,3	4,20					
			крупа перловая	5	0,19					
			морковь	12,5	0,60					
			лук реп.	6,6	0,31					
			масло сливочное	5	6,53					
			огурец соленый	26,6	10,11					
			сметана	10	3,48					
	2 блюдо	77/91	рыба припущенная "Минтай"	90	47,56	226	18,2	10,2	2	
			минтай	196	47,04					
			морковь	5	0,24					
			лук реп.	6	0,28					
	соус	227/250	соус белый основной	20	1,72	45,2	3,76	3,48	0,76	
			лук реп.	1	0,04					
			масло сливочное	1,25	1,63					
			мука	1,25	0,05					
	гарнир	131/153	картофельное пюре	150	16,31	140	1,8	1,2	0,81	
			картофель	161,5	7,27					
			масло сливочное	5	6,53					
молоко кипяченое			23,75	2,52						
напиток	291/318		кисель плодово - ягодный	200	9,60	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					126,68	826,8	48,13	28,34	67,06	
Итого за весь день					230,30	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 20.05.2026г.
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	182/205	каша манная молочная	29	35,72	210	10,2	12,8	42,3
			жидкая	39	2,70				
			крупа манная	220	23,32				
			молоко	6	0,56				
				масло сливочное	7	9,14			
	гор.напиток	275/302	какао на сгущенном молоке	200	5,62	120	3,5	3,4	19,6
			какао порошок	2	0,30				
			молоко сгущенное	38	5,32				
	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	6,755
хлеб	4/12.	бутерброд с повидлом	30/40/10	19,69	122	2,4	7,5	36,9	
		масло сливочное	10	13,06					
		повидло	40	5,82					
Итого					117,93	585,3	22,2	29	113,555
Обед	закуска	14/22	салат "Из свежих огурцов и помидор"	100	32,17	81	0,7	7,4	2,9
			огурец свежий	50	16,25				
			помидор	47	14,10				
			лук реп.	18	0,85				
			масло растительное	5	0,86				
			кислота лимонная	0,5	0,01				
			сахар	1	0,09				
			соль	0,3	0,01				
	1 блюдо	56/69	рассольник Ленинградский	250/10	25,41	120	18,16	5,3	15,4
			картофель	93,3	4,20				
			крупа перловая	5	0,19				
			морковь	12,5	0,60				
			лук реп.	6,6	0,31				
			масло сливочное	5	6,53				
			огурец соленый	26,6	10,11				
			сметана	10	3,48				
	2 блюдо	77/91	рыба припущенная "Минтай"	100	59,47	259,2	3	14,5	2,16
			морковь	4	0,19				
			минтай	246	59,04				
			лук реп.	5	0,24				
	гарнир	131/153	картофельное пюре	180	19,56	168	3,7	6,3	23,4
			картофель	193,5	8,71				
			масло сливочное	6	7,83				
			молоко кипяченое	28,5	3,02				
	напиток	291/318	кисель плодово - ягодный	200	9,60	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	1,73	61,5	4,7	4,35	0,95	
		мука	1,25	0,05					
		лук реп.	1	0,05					
		масло сливочное	1,25	1,63					
Итого					151,42	933,6	36,06	38,65	103,76
Итого за весь день					269,35	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				День	Среда 20.05.2026г.					
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы					
Завтрак	гор.блюдо	182/205	наша манная молочная жидкая	250	35,72	325	10,2	12,8	42,3					
			крупа манная	39	2,70									
			молоко	220	23,32									
			Сахар	6	0,56									
	гор.напиток	275/302	масло сливочное	7	9,14									
			какао на сгущенном молоке	200	5,62	120	3,5	3,4	19,6					
			какао порошок	2	0,30									
			молоко сгущенное	38	5,32									
	хлеб	4/12.	бүтерброд с повидлом	43/40/10	15,41	349	4,1	12,6	55,6					
			хлеб пшеничный	30	1,29									
			повидло	40	5,82									
Итого					56,75	794	17,8	28,8	117,5					
Обед	закуска	20/28	салат "из свежих огурцов и помидор"	100	32,17	81	0,7	7,4	2,9					
			огурец свежий	50	16,25									
			помидор	47	14,10									
			лук реп.	18	0,85									
			масло растительное	5	0,86									
			кислота лимонная	0,5	0,007									
			сахар	1	0,09									
			соль	0,3	0,01									
			1 блюдо	56/69	рассольник Ленинградский	250/10	25,41	120	18,16	5,3	15,4			
	картофель	93,3			4,20									
	крупа перловая	5			0,19									
	морковь	12,5			0,60									
	лук реп.	6,6			0,31									
	масло сливочное	5			6,53									
	огурец соленый	26,6			10,11									
	2 блюдо	77/91	сметана	10	3,48									
			рыба припущенная "Минтай"	100	59,47	259,2	3	14,5	2,16					
			морковь	4	0,19									
			минтай	246	59,04									
	гарнир	131/153	лук реп.	5	0,24									
			картофельное пюре	180	19,56	168	3,7	6,3	23,4					
			картофель	193,5	8,71									
	напиток	291/318	масло сливочное	6	7,83									
			молоко кипяченое	28,5	3,02									
			кисель плодово - ягодный	200	11,80	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	74,4	2,3	0,3	14,8					
соус			227/250	соус белый основной	20	1,73	49,2	3,76	3,48	0,76				
мука			1,25	0,05										
лук реп.	1	0,05												
масло сливочное	1,25	1,63												
Итого					153,62	921,3	35,12	37,78	103,57					
Полдник			фрукты г.п.	180	33,3	33,3	0,3	0,3	6,75					
			напиток г.п.	200	22,106	92	1	0	25,4					
			сладкое г.п.	50	10,4	200	1,8	6,5	34					
Итого					65,806	325,3	3,1	6,8	66,15					
Ужин	закуска	18/26	салат из моркови с яблоком	100	8,8755	67	0,9	3,4	8,4					
			морковь	80	3,84									
			яблоко	23	4,255									
			масло растительное	4	0,688									
			кислота лимонная	0,3	0,0042									
			Сахар	0,8	0,0748									
			соль	0,3	0,0135									
			гор.блюдо	123/145	плов с мясом птицы	200	67,1168	522	21	27	44,2			
					куры	196,5	57,9675							
	лук реп.	12,5			0,5875									
	морковь	13			0,624									
	крупа рисовая	47			5,405									
	масло растительное	10,5			1,806									
	томатна паста	2,3			0,7268									
	хлеб бел. г.п.		хлеб пшеничный	40	1,72	93,5	3,5	0,5	24,15					
			хлеб черн. г.п.	40	1,76	74,4	2,3	0,3	14,8					
	гор напиток	268/295	чай с сахаром	200/20	1,2214	114,8	0,1	0,03	30,1					
			чай	0,4	0,2864									
			сахар	10	0,935									
Итого					80,6937	871,7	27,8	31,23	121,65					
завтрак 2			кисломолочный напиток г.п.	200	23,6	100	5,8	5	8					
			сладкое	252/276	ватрушка с творогом	50	13,271462	136	5,8	3,6	19,4			
					мука	25	1,05							
					сахар	1,3	0,12155							
					масло сливочное	1	1,2875							
					яйцо	8шт	1,12							
					дрожжи	0,2	0,04							
					соль	0,4	0,018							
					масло растительное	0,2	0,0344							
					ванилин	0,002	0,000012							
					творог	16	9,6							
					Итого за весь день					393,75	3148,3	95,42	113,21	373,52

