

Основное организованное меню

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

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 приходящие			Отд./корп			Деляевская		Четверг		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор.блюдо	185/208	каша пшеничная молочная жидкая	150	20,51	249,6	3,84	4,8	19,2		
			крупа пшено	40	2,72						
			молоко	101	10,71						
			Сахар	6	0,56						
			масло сливочное	5	6,53						
	гор.напиток	274/301	какао с молоком	200	11,84	88	3,3	2,5	13,7		
			какао порошок	2	0,30						
			молоко	100	10,60						
			Сахар	10	0,94						
	напиток	г.п.	кефир	200	23,60	100	5,8	5	8		
	фрукт	г.п.	фрукт (Груша)	200	46,00	34,13	0,3	0,23	7,35		
	хлеб	1/9.	бутерброд с маслом	5	21,52	237,6	2,77	5,8	23,2		
хлеб			45	1,94							
масло сливочное			15	19,58							
Итого				123,47	709,33	16,01	18,33	71,45			
Обед	закуска	36/44	Салат картофельный с зеленым горошком	100	7,46	95,2	4,32	9,2	15,03		
			Яйцо	8	1,12						
			лук реп.	7	0,33						
			картофель	70	3,15						
			горошек зеленый консерв.	24	1,49						
			масло растительное	8	1,38						
	1 блюдо	63/72	суп картофельный с бобовыми и гречками	250	13,45	11,7	2,6	2,5	18,8		
			картофель	62,5	2,81						
			лук реп.	12	0,56						
			морковь	16	0,77						
			масло сливочное	5	6,53						
			горох	20	1,10						
			хлеб пшеничный	39	1,68						
	2 блюдо	115/131	рагу овощное с мясом	150	65,26	355,2	12,3	9	18		
			Филе куриной грудки	97	51,51						
			мука	2	0,08						
			картофель	79	3,56						
			Капуста белокачанная	61	2,93						
			лук реп.	28	1,32						
			морковь	51	2,45						
			масло растительное	6	1,03						
			томатная паста	4,5	1,42						
			масло сливочное	0,7	0,91						
			сахар	0,6	0,06						
			напиток	276/303	яблочно-лимонный напиток	200	18,26	101	0,3	0,2	25,1
					яблоко	57	10,55				
					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	40	1,76	74,4	2,3	0,3	14,8		
Итого				107,91	731	25,32	21,7	115,88			
Итого за весь день				231,38	1440,33	41,33	40,03	187,33			

Основное организованное меню

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

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет проживающие			Отд./корп			Дельская			
								Четверг	03.09.2026г.	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	185/208	каша пшенная молочная жидкая	250/10.	30,37	351,9	17,3	11	39,9	
			крупа пшено	50	3,40					
			молоко	126	13,36					
			Сахар	6	0,56					
			масло сливочное	10	13,06					
	гор.напиток	274/301	какао с молоком	200	20,55	88	3,3	2,5	18,7	
			какао порошок	4	0,60					
			молоко	100	10,60					
	хлеб	1/9.	Сахар	10	9,35					
			бутерброд с маслом	70/20.	29,12	313	5,4	17	34	
		хлеб	70	3,01						
		масло сливочное	20	26,11						
Итого					80,04	752,9	26	30,5	87,6	
Обед	закуска	36/44	Салат картофельный с зеленым горошком	100	8,74	144	3,3	5,4	10,8	
			яйцо	10	1,40					
			картофель	86	3,87					
			масло растительное	8	1,38					
			горошек консер.	27	1,67					
			лук реп.	9	0,42					
			1 блюдо	63/72	суп картофельный с бобовыми и гречками	250	13,33	111,7	2,6	2,5
	картофель	62,5	2,81							
	лук реп.	12	0,56							
	морковь	16	0,77							
	масло сливочное	5	6,53							
	горох	20	0,98							
	хлеб пшеничный	39	1,68							
	2 блюдо	115/131	рагу овощное с мясом	250	82,28	523	21,4	28,4	23,5	
			мука	3	0,13					
			картофель	98	4,41					
			Капуста белокачанная	76	3,65					
			лук реп.	35	1,65					
			морковь	63	3,02					
			масло растительное	8	1,38					
			томатна паста	6	1,90					
			Филе курицы	122	64,78					
			масло сливочное	1	1,31					
			сахар	0,7	0,07					
	напиток	276/303	яблочно-лимонный напиток	200	18,26	101	0,3	0,2	2,5	
			яблоко	57	10,55					
			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	40	1,76	74,4	2,3	0,3	14,8
Итого							126,09	1047,6	33,4	37,3
Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (Груша)	200	46	34,13	0,3	0,23	7,35	
	напиток	г.п.	сок фруктовый	200	22,106	92	1	0	25,4	
	сладкое	г.п.	мармелад	50	17,425	321	0,1	0	79,4	
Итого					85,531	447,13	1,4	0,23	112,15	
Ужин	закуска	44/98	салат из свежих овощей с с	100	13,1062	153,5	2	6,14	22,54	
			морковь	48,6	2,3328					
			Капуста белокачанная	31,3	1,5024					
			курага	9,5	2,85					
			чернослив	15,3	5,202					
			Сахар	2	0,187					
			масло растительное	6	1,032					
	2 блюдо	124/146	фрикадельки из кур	100	48,6	245	12,5	15,7	11,1	
			каша рассыпчатая из гречне	200	12,9633	214,2	14	8,7	57,9	
	гарнир	165/188	крупа гречневая	95	5,13					
			масло сливочное	6	7,8333					
			хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,72	93,5	3,5	0,5
	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					77,6109	741,2	32,1	31,07	115,69	
ужин 2	кисломолочн ый напиток	г.п.	кефир	200	23,6	100	5,8	5	8	
			чай с сахаром	200	1,2214	35	0,1	0,03	9,9	
	гор. Напиток	168/295	чай	0,4	0,2864					
			Сахар	10	0,935					
	сладкое	г.п.	баранка	50	12,55	149	1,99	2,7	26,3	
Итого					37,3714	284	7,89	7,73	44,2	
Итого за весь день					406,64	3272,83	100,79	106,83	454,19	

Основное организованное меню

Утверждаю директор МБОУ
Целинная ОШ №15 Н.А. Дедявская

Школа	МБОУ Целинная ОШ № 15 7-11 лет проживающие			Од./корп				День	Четверг 03.10.2026г
Прием пищи	Раздел	№ рецеп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	185/208	каша пшениная молочная жидкая	180/5	20,51	249,6	3,84	4,8	19,2
			крупа пшено	40	2,72				
			молоко	101	10,71				
			Сахар	6	0,56				
			масло сливочное	5	6,53				
	гор. напиток	274/301	какао с молоком	200	11,84	88	3,3	2,5	13,7
			какао порошок	2	0,30				
			молоко	100	10,60				
			Сахар	10	0,94				
	хлеб	1/9	бублик с маслом	5	21,52	237,6	2,77	5,8	23,2
			хлеб	45	1,94				
			масло сливочное	15	19,58				
			Гренки с сыром	50-5-15	20,38				
			сыр	15	11,70				
			масло сливочное	5	6,53				
			хлеб	50	2,15				
Итого				74,25	575,2		9,91	13,1	56,1
Обед	закуска	36/44	Салат картофельный с зеленым горошком	100	6,09	95,2	4,32	17,9	15,03
			лук реп.	7	0,33				
			картофель	70	3,15				
			горошек консерв.	24	1,49				
			масло растительное	8	1,38				
			яйцо	8	1,12				
			суп картофельный с бобовыми и гренками	250	13,33	11,7	2,6	2,5	18,8
	1 блюдо	63/72	картофель	62,5	2,81				
			лук реп.	12	0,56				
			морковь	16	0,77				
			масло сливочное	5	6,53				
			горох	20	0,98				
			хлеб пшеничный	70	1,68				
			2 блюдо	115/131	рагу овощное с мясом	200	65,26	355,2	12,3
			Филе куриной грудки	97	51,51				
			мука	2	0,08				
			картофель	79	3,56				
			Капуста белокачанная	61	2,93				
			лук реп.	28	1,32				
			морковь	51	2,45				
			масло растительное	6	1,03				
			томатная паста	4,5	1,42				
			масло сливочное	0,7	0,91				
			сахар	0,6	0,06				
	напиток	276/303	яблочно-лимонный напиток	200	18,26	101	0,3	0,2	25,1
			яблоко	57	10,55				
			лимон	16	5,84				
			Сахар	20	1,87				
хлеб бел.			40	1,72	93,5	3,5	0,5	24,15	
хлеб черн.			40	1,76	74,4	2,3	0,3	14,8	
хлеб ржаной			40	1,76	74,4	2,3	0,3	14,8	
Итого				106,41	731		25,32	30,4	115,88
Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (Груша)	200	46	34,13	0,3	0,23	7,35
	напиток	г.п.	сок фруктовый	200	22,106	92	1	0	25,4
	сладкое	г.п.	мармелад	35	12,1975	112	0,04	1,1	4,4
Итого					80,3035	126,13	1,34	1,33	37,15
Ужин	закуска	44/98	салат из свежих овощей с сух.	80	13,1062	122,8	1,1	3,9	15,6
			морковь	48,6	2,3328				
			Капуста белокачанная	31,3	1,5024				
			курага	9,5	2,85				
			чернослив	15,3	5,202				
			Сахар	2	0,187				
			масло растительное	6	1,032				
	2 блюдо	124/146	фрикадельки из кур	90	43,74	189,9	18	12,9	0,5
			каша рассыпчатая из гречнев.	180	11,17175	267,8	12,6	7,8	52,1
	гарнир	165/188	крупа гречневая	86	4,644				
			масло сливочное	5	6,52775				
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,72	93,5	3,5	0,5	24,15
			чай с сахаром	200	1,2214	35	0,1	0,03	9,9
	гор. Напиток	268/295	чай	0,4	0,2864				
			сахар	10	0,935				
Итого						70,95935	709	35,3	25,13
ужин 2	кисломолочный напиток	г.п.	Кефир	200	23,6	100	5,8	5	8
			чай с сахаром	200	1,2214	35	0,1	0,03	9,9
			чай	0,4	0,2864				
			Сахар	10	0,935				
	сладкое	г.п.	баранка	35	8,785	104,3	1,23	1,2	4,8
			Итого				33,6064	239,3	7,13

Основное организованное меню

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

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 приходящие			Отд./корп			День	Четверг	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	185/208	каша пшениная молочная жидкая	200	23,06	189	7,3	11	44
			крупа пшено	50	3,40				
			молоко	126	13,36				
			Сахар	6	0,56				
			масло сливочное	7	9,14				
	гор.напиток	274/301	какао с молоком	200	12,14	88	3,3	2,5	13,7
			какао порошок	4	0,60				
			молоко	100	10,60				
			Сахар	10	0,94				
	напиток	г.п.	кефир	200	23,60	100	5,8	5	8
	Фрукт	г.п.	фрукт (Груша)	200	46,00	34,13	0,3	0,23	7,35
	хлеб	1/9.	бутерброд с маслом	50/20.	28,26	165	4	16,7	23,8
		хлеб	50	2,15					
		масло сливочное	20	26,11					
Итого					133,05	576,13	20,7	35,43	96,85
Обед	закуска	36/44	Салат картофельный с зеленым горошком	100	8,99	98	3,3	5,4	10,8
			яйцо	10	1,40				
			лук реп.	7	0,33				
			картофель	86	3,87				
			горшек зеленый консерв.	27	1,67				
			масло растительное	10	1,72				
	1 блюдо	63/72	суп картофельный с бобовыми и гречками	250	13,33	111,7	2,6	2,5	18,8
			картофель	62,5	2,81				
			лук реп.	12	0,56				
			морковь	16	0,77				
			масло сливочное	5	6,53				
			горох	20	0,98				
			хлеб пшеничный	39	1,68				
	2 блюдо	115/131	рагу овощное с мясом	200	82,28	144	4,8	6,2	15,8
			мука	3	0,13				
			картофель	98	4,41				
			Капуста белокачанная	76	3,65				
			лук реп.	35	1,65				
			морковь	63	3,02				
			масло растительное	8	1,38				
			томатна паста	6	1,90				
			филе курицы	122	64,78				
			масло сливочное	1	1,31				
			сахар	0,7	0,06				
	напиток	276/303	яблочно-лимонный напиток	200	18,26	101	0,3	0,2	2,5
			яблоко	57	10,55				
			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	40	1,76	74,4	2,3	0,3	14,8
Итого					126,33	622,6	16,8	15,1	86,85
Итого за весь день					259,39	1198,73	37,5	50,53	183,7