

	Основное организованное меню							Утверждаю _____ директор МБОУ Целинной ОШИ №15 Н.А. Делявская Понедельник 14.09.2026г		
Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 лет проживающие			Отд./корп				День		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	173/41	Каша рисовая вязкая	180/5.	33,64	166	5	7	29,2	
			масло сливочное	5	6,89					
			рис	55	4,48					
			молоко	205	21,73					
			сахар	5	0,53					
	напиток	272/55	Кофейный напиток на молоке	200	12,07	94	2,9	2,8	11,2	
			кофейный напиток	2	0,40					
			сахар	10	1,07					
			молоко	100	10,60					
			хлеб	231/50	блины с маслом	80/4.	6,91	170,8	2,32	4,8
				мука	50	2 10				
				сахар	2	0,21				
				соль	1	0,05				
				дрожжи	0,5	0,11				
				масло растительное	5	0,52				
		г.п	яйцо вареное	40	3,92	63	5	4,7	0,4	
	Итого					56,53	493,8	15,22	19,3	53,52
Обед	закуска	43/13	Винегрет овощной с фасолью	100	14,57	84	1	7,2	4	
			картофель отварной	20	0,90					
			лук реп.	12	0,66					
			масло растительное	8	1,38					
			морковь	8	0,56					
			свекла	14	0,70					
			фасоль консервированная	26	2,31					
			огурец соленый	18	8,06					
	1 блюдо	60/19	суп картофельный с лапшой	200	6,07	88	2,24	2,2	11,24	
			картофель	60	2,70					
			морковь	8	0,56					
			лук реп.	8	0,44					
			масло растительное	2	0,34					
			лапша	8	2,03					
	2 блюдо	93/27	Гуляш из отварной курицы	90	70,58	268,2	11,2	17,91	6,3	
			Филе курицы	100	66,50					
			морковь	13,5	0,95					
			лук реп.	11,2	0,62					
			мука	3,3	0,14					
			томатна паста	3,3	1,04					
			масло растительное	7,8	1,34					
			картофель отварной с маслом	180/4	19,46	151	3,5	3,8	25	
	гарнир	129/36	картофель	310	13,95					
			масло сливочное	4	5,51					
			яблочко-лимонный напиток	200	17,46	78	2,66	0,2	25,1	
	напиток	276/58	яблоко	57	11,97					
			сахар	20	2,13					
			лимон	16	3,36					
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,76	94,1	2,7	0,34	20,01	
	хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	40	1,80	81,92	2,3	0,48	16,74	
Итого					131,71	845,22	25,6	32,13	108,39	
Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (банан)	100	20,65	96	1,5	0,5	21	
	напиток	г.п.	сок фруктовый	200	16	92	1	0,2	20,2	
	сладкое	г.п.	пряник	50	4,83	176	3	2,4	37,6	
Итого					41,48	364	5,5	3,1	78,8	
	Салат	39/11	Салат Студенческий	80/30	10,025	87	3	8,4	5,4	
			картофель	62	2,79					
			Морковь	27,5	1,925					
			зеленый горошек	27	3,84					
			яйцо	15	1,47					
	гарнир	99/29	Биточки мясные с соусом	80/30	47,64465	123	13,8	11,1	11,1	
			Биточки	80	44,24					
			соус	12,3	3,40465					
			лук реп.	0,5	0,0275					
			томатна паста	3	0,948					
			масло сливочное	1,7	2,3426					
			мука	1,3	0,0546					
			сахар	0,03	0,03195					
	гор.блюдо	166/39	Каша перловая рассыпчат	150/6.	10,8475	76,5	5,5	4,3	38	
			Перловка	67	2,5795					
			масло сливочное	6	8,268					
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	35	1,54	94,1	2,7	0,34	20,01	
	хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	35	1,575	71,82	2,66	0,48	16,74	
	гор. Напиток	268/53	чай с сахаром	200	1,3546	35	0,1	0,03	9,9	
			чай	0,4	0,2896					
			сахар	10	1,065					
Итого							72,98675	487,42	24,76	16,25
завтрак 2	кисломолочный напиток	г.п.	Кефир	200	24,6	52	5,8	5	8	
	сладкое	г.п.	Печенье сахарное	30	7,65	77	2,2	3	22,4	
Итого					32,25	129	8	70,78	336,46	
Итого за весь день					334,96	2319,44	79,08	141,56	672,92	

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

Понедельник
14.09.2026г

	Основное организованное меню						Утверждаю директор МБОУ Целинной ОШИ №15 Н.А. Делявская		
Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 приходящие			Отд./корп			День	Понедельник 14.09.2026г	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	173/41	Каша рисовая вязкая	180/5.	26,37	166	5	7	29,2
			масло сливочное	5	6,89				
			рис	40	3,26				
			молоко	148	15,69				
			сахар	5	0,53				
	Фрукт	г.п	фрукт (банан)	190	39,24	96	1,5	0,5	21
	напиток	г.п	кефир	200	24,60	52	5,8	5	8
			бтерброд с маслом	3	5,45	106	5	3	14,5
			масло сливочное	3	4,13				
	г.п	хлеб пшеничный	30	1,32					
Итого				95,66	420	17,3	15,5	72,7	
Обед	закуска	43/13	Винегрет овощной с фасолью	100	14,24	84	1	7,2	4
			картофель отварной	20	0,90				
			лук реп.	6	0,33				
			масло растительное	8	1,38				
			Фасоль консерв.	24	2,31				
			огурец соленый	18	8,06				
			свекла	14	0,70				
			морковь	8	0,56				
	1 блюдо	60/19	суп картофельный с лапшой	200	6,07	88	2,24	2,2	11,24
			картофель	60	2,70				
			морковь	8	0,56				
			лук реп.	8	0,44				
			масло растительное	2	0,34				
			лапша	8	2,03				
	2 блюдо	93/27	Гуляш из мяса птицы	90	140,55	268,2	11,2	17,91	6,3
			Филе куриное	198	131,67				
			морковь	19,1	1,34				
			мука	3,3	0,14				
			томатная паста	3,3	1,04				
			лук реп.	15,4	0,85				
			масло сливочное	4	5,51				
	гарнир	129/36	картофель отварной	180	19,46	151	3,5	3,8	25
			Картофель	310	13,95				
			масло сливочное	4	5,51				
	напиток	276/58	яблочно-лимонный напиток	200	17,46	78	2,66	0,2	25,1
			яблоко	57	11,97				
			сахар	20	2,13				
			лимон	16	3,36				
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,76	94,1	2,7	0,34	20,01
	хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	40	1,80	81,92	2,3	0,48	16,74
Итого				201,35	845,22	25,6	32,13	108,39	
Итого за весь день				297,01	1265,22	42,9	47,63	181,09	

Основное организованное меню									
Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет проживающие			Отд./корп				Понедельник 14.09.2026г	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выд., г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	173/41	Каша рисовая вязкая	250	36,50	196	9,7	12	54,4
			масло сливочное	7	9,65				
			рис	55	4,48				
			молоко	205	21,73				
			сахар	6	0,64				
	гор.напиток	272/55	кофейный напиток на молоке	200	12,31	109	3,2	2,8	18,5
			молоко	100	10,60				
			кофейный напиток	8	0,64				
			сахар	10	1,07				
	хлеб	231/50	блины с маслом	100	10,48	226	5,4	7,6	33,4
			мука	50	2,10				
			сахар	2	0,21				
			соль	1	0,05				
			дрожжи	1	0,23				
			масло растительное	3	0,52				
			масло сливочное	5	6,89				
			яйцо вареное	40	0,49				
Итого					59,29	531	18,3	22,4	106,3
Обед	закуска	43/13	Винегрет овощной с фасолью	100	32,95	165	1,3	9	5
			картофель отварной	25	1,13				
			лук реп.	14	0,77				
			масло растительное	10	17,20				
			фасоль консервированная	27	2,40				
			морковь	10	0,70				
			свекла	18	0,90				
			огурец соленый	22	9,86				
	1 блюдо	60/19	суп картофельный с лапшой	250	9,09	174	2,8	2,75	17,8
			картофель	93	4,19				
			морковь	12,5	0,88				
			лук реп.	11,5	0,63				
			масло растительное	3	0,86				
	2 блюдо	93/27	лапша	10	2,54				
			Гуляш из отварной курицы	100	151,26	298	22,5	19,9	7
			Филе курицы	220	146,30				
			морковь	17	1,19				
			лук реп.	11,2	0,62				
			томатна паста	4	1,26				
	гарнир	129/36	картофель отварной с маслом	180/7	9,77	161	3,5	3,8	25
			картофель	310	2,88				
			масло сливочное	5	6,89				
			яблочно-лимонный напиток	200	17,46	70	0,3	0,2	25,1
	напиток	276/58	яблоко	57	11,97				
			сахар	20	2,13				
			лимон	16	3,36				
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	50	2,20	245	7	1,2	50,8
	хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	40	1,80	81,92	2,66	0,48	16,74
Итого					224,53	1194,92	40,06	37,33	147,44
Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (банан)	150	39,235	144	2,3	0,8	31,5
	напиток	г.п.	сок фруктовый	200	16	140	0,4	0,4	32,6
	сладкое	г.п.	пряник	50	8,05	134	3	2,4	37,6
Итого					63,285	418	5,7	3,6	101,7
	закуска	39/11	Салат Студенческий	100	7,148	97	3,8	10,5	6,8
			картофель	45	2,025				
			морковь	27,5	1,925				
			зеленый горошек консерв.	27	1,728				
			яйцо вареное	15	1,47				
	гарнир	99/29	Биточки мясные с маслом	120/50	59,45085	213	21,6	17,5	17,4
			Биточки	100	55,3				
			Соус	5,3	4,15085				
			лук реп.	1	0,055				
			томатна паста	5	1,58				
			масло сливочное	0,7	0,9646				
			мука	2	0,084				
			морковь	3	0,21				
			сахар	0,5	0,05325				
			масло растительное	7	1,204				
	гор.блюдо	166/39	Каша перловая рассыпчатая	200	10,8475	214	7,6	6	52,8
			перловка	67	2,5795				
			масло сливочное	6	8,268				
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	55	2,42	121	3,8	1,5	25,7
	хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	40	1,8	81,92	2,66	0,48	16,74
	гор. Напиток	268/53	чай с сахаром	200	1,3546	35	0,1	0,03	9,9
			чай	0,4	0,2896				
			сахар	10	1,065				
Итого					75,87295	664,92	35,76	25,51	122,54
завтрак 2	кисломолочн ый напиток	г.п.	кефир	200	24,6	52	5,8	5	8
	сладкое	г.п.	Печенье сахарное	40	10,2	84	3,2	4	37
Итого					34,8	136	9	9	45
Итого за весь день					457,78	2944,84	108,82	97,84	522,98

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

						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 14.09.2026г.
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	173/41	Каша рисовая вязкая	250	36,50	196	9,7	12	54,4
			масло сливочное	7	9,65				
			рис	55	4,48				
			молоко	205	21,73				
			сахар	6	0,64				
	напиток	г.п	кефир	200	23,60	52	5,8	5	8
	фрукт	г.п	Фрукт (банан)	200	41,30	144	2,3	0,8	31,5
			Бутерброд с маслом	200	7,11	328	6,7	9,6	13,2
			масло сливочное	5	6,89				
			хлеб пшеничный	40	0,22				
				108,51	720	24,5	27,4	107,1	
Итого									
Обед	закуска	43/13	Винегрет овощной с фасолью	100	4,36	165	1,3	9	5
			картофель отварной	25	1,13				
			лук реп.	14	0,77				
			масло растительное	10	1,72				
			Фасоль консерв.	30	2,67				
			свекла	18	0,90				
			морковь	10,7	0,75				
	1 блюдо	60/19	суп картофельный с лапшой	250	8,75	174	2,8	2,75	17,8
			картофель	93	4,19				
			морковь	12,5	0,88				
			лук реп.	11,5	0,63				
			масло растительное	3	0,52				
			лапша	10	2,54				
	2 блюдо	93/27	Гуляш из мяса птицы	100	152,04	298	22,5	19,9	7
			Филе курицы	220	146,30				
			мука	4	0,17				
			лук реп.	18,7	1,03				
			морковь	22,3	1,56				
			масло растительное	10	1,72				
			томатная паста	4	1,26				
	гарнир	129/36	картофель отварной	180/4.	19,46	161	3,5	3,8	25
			картофель	310	13,95				
			масло сливочное	4	5,51				
	напиток	276/58	яблочно-лимонный напиток	200	17,46	101	0,3	0,2	25,1
			яблоко	57	11,97				
			сахар	20	2,13				
			лимон	16	3,36				
			хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	50	2,20	245	7
	хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	40	1,80	81,92	2,66	0,48	16,74
Итого				55,30	1225,92	40,06	37,33	147,44	
Итого за весь день				163,80	1945,92	64,56	64,73	254,54	

