

	Основное организованное меню				Утверждаю директор МБОУ Целинной ОШИ №15 Н.А. Делявская						
Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 приходящие			Отд./корп				День	Вторник 15.09.2026г		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор. Блюдо	175/42	Каша гречневая молочная вязкая	250/7	34,141	116	11,3	11,2	46,3		
			молоко	120	12,72						
			гречка	63	3,402						
			сахар	6	0,639						
			масло сливочное	7	9,646						
			272/55	Кофейный напиток на молоке	200	19,089	84	3,2	2,8	18,5	
		Кофейный напиток		8	0,644						
		сахар		10	1,065						
		молоко		100	10,6						
завтрак 2	хлеб	3/11.	бутерброд с сыром	50/20.	19,58	112	7,6	4,3	23,7		
			хлеб пшеничный	50	2,2						
			сыр	22/01.	17,38						
	напиток	г.п.	снежок	200	24,6	100	5,8	5	8		
	Фрукт	г.п.	Фрукт (Апельсин)	200	46	108	2,7	0,56	2,24		
Итого					104,741	408	23	19,56	75,04		
Обед	закуска	9/5.	Салат "Из белокочанной капусты с зеленым горошком"	100	11,616	102	4,2	9,2	5,7		
			капуста белокочанная	84	5,04						
			гороше консерв.	20	1,28						
			яйцо	40	3,92						
			масло растительное	8	1,376						
	1 блюдо	54/22	Борщ с капустой и картофелем	300	15,16725	145	2,8	9,9	16,3		
			капуста белокочанная	30	1,8						
			картофель	48	2,16						
			морковь	16	1,12						
			лук реп.	14	0,77						
			масло растительное	6	1,032						
			свекла	64	3,2						
			томатная паста	3,5	1,106						
			сметана	10	3,6065						
			сахар	3,5	0,37275						
	2 блюдо	99/29	Котлета с соусом	120/50	58,25	262,5	18	14,6	14,5		
			Котлета	100	55,3						
			соус	5,3	2,94685						
			лук реп.	1	0,055						
			морковь	3	0,21						
			томатна паста	5	1,58						
			масло сливочное	0,7	0,9646						
			сахар	0,5	0,05325						
			мука	2	0,084						
			Макароны отварные с маслом	230/10	10,57	235	6,6	5	40		
	гарнир	202/45	Макароны	64	3,68						
			масло сливочное	5	6,89						
			Напиток Яблочно-лимонный	200	17,46	101	0,3	0,2	0,8		
			Яблоко	57	11,97						
			лимон	16	3,36						
	напиток	276/58	Сахар	20	2,13						
			хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,76	94,1	2,7	0,34	20,01
			хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	20	0,9	81,92	2,66	0,48	16,74
Итого				115,72	1021,52	37,26	39,72	114,05			
Итого за весь день				220,46	1429,52	60,26	59,28	189,09			

	Основное организованное меню					Утверждаю директор МБОУ Целинной ОШИ №15 Н.А. Делявская						
Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 лет проживающие			Отд./корп				День	Вторник 15.09.2026г			
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	гор. Блюдо	175/42	Каша гречневая молочная вязкая	150/5	80,9785	158	8,2	8	33,4			
			гречка	45	2,43							
			сахар	5	0,5325							
			молоко	86	9,116							
			масло сливочное	5	68,9							
	гор. Блюдо	215/48	Сырники из творога	100/10	90,9565	234	25,8	16,2	38,2			
			творог	135	79,245							
			Яйцо	1/8шт	0,784							
			мука	20	0,84							
			сахар	15	1,5975							
			масло сливочное	5	6,89							
			сгущенное молоко	10	1,6							
			гор.напиток	272/55	кофейный напиток на молоке	200	11,8582	94	2,9	2,8	11,2	
					кофейный напиток	2,4	0,1932					
					молоко	100	10,6					
	хлеб	3/11.	бутерброд с сыром	30/10.	10,01	106	5	3	14,5			
			хлеб пшеничный	30	1,32							
			сыр	11/01.	8,69							
			Итого					112,8247	592	41,9	30	97,3
			Обед	закуска	9/5.	салат "Из белокачанной капусты с зеленым горошком"	80	12,48	92	3,1	6,9	4,3
капуста белокачанная	68	4,08										
лук	20	1,1										
горошке консерв.	34	2,176										
яйцо	40	3,92										
масло растительное	7	1,204										
1 блюдо	65/22	Борщ с капустой и картофелем		200	10,4902	110	1,9	6,6	10,13			
		капуста белокачанная		20	1,2							
		картофель		21	0,945							
		морковь		10	0,7							
		свекла		42	2,1							
		сахар		2	0,213							
		лук реп.		9	0,495							
		масло растительное		4	0,688							
		томатна паста		3	1,264							
		сметана		8	2,8852							
2 блюдо	99/29	Котлета с соусом		90	57,08515	189	13,8	11,1	11,1			
		котлета		100	53,3							
		соус		12,3	3,78515							
		лук реп.		0,5	0,275							
		томатна паста		3	0,948							
		масло сливочное		1,7	2,3426							
		мука		1,3	0,0546							
		морковь		1,9	0,133							
		сахар		0,3	0,03195							
гарнир	202/45	макаронные отварные с маслом		200/10	4,369	218	6,6	5	40			
		макаронные		64	3,68							
		масло сливочное		5	0,689							
напиток	276/58	Напиток Яблочно-лимонный		200	17,46	101	0,3	0,2	25,1			
		Яблоку		57	11,97							
		лимон		16	3,36							
		Сахар		20	2,13							
		хлеб бел.		г.п.	хлеб пшеничный	40	1,76	93,5	3,5	0,5	24,15	
		хлеб черн.		г.п.	хлеб ржаной	20	0,9	41	1,15	0,15	7,4	
Итого					104,54	844,5	30,35	30,45	122,18			
Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (Апельсин)	200	46	98	1,8	0,4	16,2			
	напиток	г.п.	сок фруктовый	200	16	98	1	0	25,4			
	сладкое	г.п.	Вафли	35	11,025	172	1	7,8	15,8			
Итого					73,025	368	3,8	8,2	57,4			
Ужин	закуска	129/36	Картофель отварной с маслом	180	19,462	119	3,5	3,8	25			
			картофель	310	13,95							
			масло сливочное	4	5,512							
	гор.блюдо	93/27	Гуляш из отварной курицы	90/30	136,377	148	11,2	17,91	6,3			
			лук реп.	15,4	0,847							
			томатна паста	3,3	1,0428							
			морковь	19,1	1,337							
			мука	3,3	0,1386							
			масло растительное	7,8	1,3416							
			филе куриное	198	131,67							
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	35	1,54	79	3,06	0,44	1,76			
			хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	35	1,575	65,1	2,01	0,26	1,04	
	гор. Напиток	269/53	чай с молоком	200	6,6546	59	1,6	1,8	12,4			
			чай	0,4	0,2896							
			Сахар	10	1,065							
			молоко	50	5,3							
			Итого					165,6086	470,1	21,37	24,21	46,5
	Ужин 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	8	30,4			
Итого за весь день					488,25	2403,6	105,42	100,86	353,78			



	Основное организованное меню					Утверждаю директор МБОУ Целинной ОШИ №15 Н.А. Делявская					
Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15			Отд./корп			День	Вторник 15.09.2026г			
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор. Блюдо	175/42	каша гречневая	180/5	18,9685	158	8,2	8	33,4		
			молочная вязкая								
			гречка	15	2,43						
			сахар	5	0,5325						
			молоко	86	9,116						
			масло сливочное	5	6,89						
	фрукт напиток	г.п. г.п. 03.ноя	Фрукт (Апельсин)	200	46	98	1,8	0,4	16,2		
			кефир	200	24,6	52	5,8	5	8		
			бутерброд с сыром	30/10.	10,01	106	5	3	14,5		
			хлеб пшеничный	30	1,32						
			сыр	11/01.	8,69						
Итого				99,5785	414	20,8	16,4	72,1			
Обед	закуска	9/5.	салат "из белокачанной капусты с зеленым гор."	60	12,996	92	3,1	6,9	4,3		
			капуста белокачанная	68	4,08						
			лук реп.	20	1,1						
			гороше консерв.	34	2,176						
			яйцо	40	3,92						
			масло растительное	10	1,72						
	1 блюдо	65/22	Борщ с капустой и картофелем	200	6,98	110	1,9	6,6	10,13		
			капуста белокачанная	20	1,2						
			картофель	21	0,945						
			морковь	10	0,7						
			лук реп.	9	0,495						
			масло растительное	4	0,688						
			свекла	42	2,1						
			сметана	8	2,8852						
			томатна паста	3	2,528						
			сахар	2	0,852						
			2 блюдо	99/29	Котлета с соусом	80/30	60,189	189	13,8	11,1	11,1
					Котлета	100	53,3				
					Соус	12,3	3,53895				
	лук реп.	0,5			0,0275						
	томатна паста	3			0,948						
	масло сливочное	1,7			2,3426						
	мука	1,3			0,0559						
	морковь	1,9			0,133						
	сахар	0,3			0,03195						
	гарнир	202/45	Макароны с маслом	200/10	9,192	218	6,6	5	40		
			макароны	64	3,68						
			масло сливочное	4	5,512						
	напиток	276/58	Напиток Яблочно- лимонный	200	17,46	101	0,3	0,2	25,1		
			Яблоко	57	11,97						
			лимон	16	3,36						
			Сахар	20	2,13						
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,76	93,5	3,5	0,5	24,15		
	хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	20	0,9	41	1,15	0,15	7,4		
	Итого				109,48	844,5	30,35	30,45	122,18		
	Итого за весь день				209,06	1258,5	51,15	46,85	194,28		

							Утверждаю директор МБОУ Целинной ОШИ №15 Н.А. Делявская				
Основное организованное меню											
Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет проживающие			Отд./корп				День	Вторник 15.09.2026г		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор. Блюдо	175/42	Каша гречневая молочная вязкая	180/5	23,651	116	11,3	11,2	46,3		
			гречка	63	3,402						
			молоко	120	12,72						
			сахар	6	0,639						
			масло сливочное	5	6,89						
	гор.напиток	272/55	кофейный напиток на молоке	200	59,844	84	3,2	2,8	18,5		
			кофейный напиток	8	0,644						
			молоко	100	10,6						
			сахар	10	1,065						
			сырники из творога	100/10	48,6	125	25	15	20		
хлеб	3/11.	бутерброд с сыром	50/20	19,58	112	7,6	4,3	23,7			
		хлеб пшеничный	50	2,2							
		сыр	22\01.	17,38							
Итого				103,075	437	47,1	33,3	108,5			
Обед	закуска	9/5.	салат "из белокачанной капусты с зелюгорошком"	100	13,71	102	4,2	9,2	5,7		
			капуста белокачанная	84	5,04						
			морковь	25	1,75						
			гороше консерв.	20	1,28						
			яйцо	40	3,92						
	1 блюдо	54/22	масло растительное	8	1,72						
			Борщ	300	10,468	145	2,8	9,9	16,3		
			капуста белокачанная	30	1,8						
			картофель	32	1,44						
			морковь	16	1,12						
			лук реп.	14	0,77						
			масло растительное	6	1,032						
			свекла	64	3,2						
			сметана	10	3,6065						
			сахар	3,5	0,37275						
	2 блюдо	202/45	томатна паста	3,5	1,106						
			Макароны отварные с маслом	230/10	10,57	174	6,6	5	40		
			макароны	64	3,68						
			масло сливочное	5	6,89						
			Котлета с соусом	120/50	58,91885	262,5	18	14,6	14,5		
	гарнир	99/29	котлета	100	53,3						
			соус	10	5,61885						
			лук реп.	1	0,055						
			морковь	3	0,21						
			масло сливочное	2,7	3,7206						
			томатна паста	5	1,58						
			сахар	0,5	0,05325						
			напиток	276/58	Напиток Яблочно-лимонный	200	17,46	70	0,3	0,2	0,8
					Яблоко	57	11,97				
					лимон	16	3,36				
	Сахар	20			2,13						
	хлеб бел.	г.п.			хлеб пшеничный	40	1,76	94,1	2,7	0,34	20,01
	хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	20	0,9	81,92	2,66	0,48	16,74		
	Итого				113,79	929,52	37,26	39,72	114,05		
	Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (Апельсин)	200	46	101	1,8	0,4	16,2	
напиток		г.п.	сок фруктовый	200	16	140	0,6	0,4	32,6		
сладкое		г.п.	Вафли	35	11,025	185	1,3	9,4	19,33		
Итого				73,025	426	3,7	10,2	68,13			
Ужин	закуска	93/27	Гуляш из отварной курицы	120/49	152,0835	198	22,5	19,9	7		
			Филе куриное	220	146,3						
			лук реп.	18,7	1,0285						
			морковь	22,3	1,561						
			масло растительное	10	1,72						
	гор.блюдо	129/36	мука	5	0,21						
			томатна паста	4	1,264						
			Картофель отварной	180	6,66	132	3,5	3,8	25		
			картофель	310	13,95						
			масло сливочное	4	5,512						
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,76	94,1	2,7	0,34	20,01		
			хлеб ржаной	40	1,8	81,92	2,66	0,48	16,74		
			гор. Напиток	269/53	чай с сахаром	200	6,6546	35	0,1	0,03	9,9
			чай	0,4	0,2896						
			Сахар	10	1,065						
			молоко	50	5,3						
	Итого				168,9581	541,02	31,46	24,55	78,65		
	ужин 2	кисломолочный 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					493,64	2965,9	113	80,63	413,42		

