

Основное организованное меню

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

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет проживающие			Отд./корп				День	Среда 16.09.2026г.		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор.блюдо	182/205	каша манная молочная жидкая	250	36,43	325	10,2	12,8	42,3		
			крупa манная	39	2,79						
			молоко	220	23,32						
			Сахар	6	0,67						
			масло сливочное	7	9,65						
	гор.напиток	275/302	какао на сгущенном молоке	200	6,27	120	3,5	3,4	19,6		
			какао порошок	2	0,30						
			молоко сгущенное	38	5,97						
	хлеб	4/12.	бутерброд с повидлом	43/40/10	15,44	349	4,1	12,6	55,6		
			хлеб пшеничный	30	1,32						
		повидло	40	5,82							
Итого					58,13	794	17,8	28,8	117,5		
Обед	закуска	20/28	салат "из свежих огурцов и помидор"	100	18,35	81	0,7	7,4	2,9		
			огурец свежий	50	7,50						
			помидор	47	8,51						
			лук реп.	18	1,35						
			масло растительное	5	0,86						
			кислота лимонная	0,5	0,007						
			сахар	1	0,11						
			соль	0,3	0,01						
			1 блюдо	56/69	рассольник Ленинградский	250/10	27,15	120	18,16	5,3	15,4
					картофель	93,3	4,20				
	крупa перловая	5			0,19						
	морковь	12,5			1,13						
	лук реп.	6,6			0,50						
	масло сливочное	5			6,89						
	огурец соленый	26,6			10,77						
	сметана	10			3,48						
	2 блюдо	77/91			рыба припущенная "Минтай"	100	78,23	259,2	3	14,5	2,16
					морковь	4	0,36				
			минтай	246	77,49						
			лук реп.	5	0,38						
			гарнир	131/153	картофельное пюре	180	20,00	168	3,7	6,3	23,4
					картофель	193,5	8,71				
					масло сливочное	6	8,27				
					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	1,76	93,5	3,5	0,5	24,15
	хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	40	1,80	74,4	2,3	0,3	14,8		
	соус	227/250	соус белый основной	20	1,85	49,2	3,76	3,48	0,76		
			мука	1,25	0,05						
			лук реп.	1	0,08						
			масло сливочное	1,25	1,72						
			Итого				158,73	921,3	35,12	37,78	103,57
Полдник			фрукты	г.п.	фрукт свежий (яблоко)	180	44,46	33,3	0,3	0,3	6,75
			напиток	г.п.	сок фруктовый	200	16	92	1	0	25,4
			сладкое	г.п.	пряник	50	6,95	200	1,8	6,5	34
Итого					67,41	325,3	3,1	6,8	66,15		
Ужин	закуска	18/26	салат из моркови с яблока	100	13,6763	67	0,9	3,4	8,4		
			морковь	80	7,2						
			яблоко	23	5,681						
			масло растительное	4	0,688						
			кислота лимонная	0,3	0,0042						
			Сахар	0,8	0,0896						
			соль	0,3	0,0135						
			гор.блюдо	123/145	плов с мясом птицы	200	73,4418	522	21	27	44,2
					куры	196,5	65,0415				
					лук реп.	12,5	0,9375				
	морковь	13			1,17						
	крупa рисовая	47			3,76						
	масло растительное	10,5			1,806						
	томатна паста	2,3			0,7268						
	хлеб бел.	г.п.			хлеб пшеничный	40	1,76	93,5	3,5	0,5	24,15
	хлеб черн.	г.п.			хлеб ржаной	40	1,8	74,4	2,3	0,3	14,8
	гор напиток	268/295			чай с сахаром	200/20	1,4064	114,8	0,1	0,03	30,1
			чай	0,4	0,2864						
			сахар	10	1,12						
			Итого				92,0845	871,7	27,8	31,23	121,65
ужин 2	кисломолочны й напиток	г.п.	кефир	200	23,6	100	5,8	5	8		
	сладкое	252/276	ватрушка с творогом	50	12,518012	136	5,8	3,6	19,4		
			мука	25	1,075						
			сахар	1,3	0,1456						
			масло сливочное	1	1,378						
			яйцо	8шт	0,8						
			дрожжи	0,2	0,043						
			соль	0,4	0,018						
			масло растительное	0,2	0,0344						
			ванилин	0,002	0,000012						
			творог	16	5,024						
			Итого за весь день				412,48	3148,3	95,42	113,21	373,52

Основное организованное меню

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

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 1-4 классы 7-11 приходящие			Отд./корп				День	Среда 16.09.2026г
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	182/205	каша манная молочная жидкая	150	26,20	234	7,3	9,2	30,5
			крупа манная	28	2,00				
			молоко	158	16,75				
			Сахар	5	0,56				
			масло сливочное	5	6,89				
	гор.напиток	275/302	какао на сгущенном молоке	200	6,27	120	3,5	3,4	19,6
			какао порошок	2	0,30				
			молоко сгущенное	38	5,97				
	напиток	г.п.	кефир	200	23,60	100	5,8	5	8
	фрукт	г.п.	фрукт (Яблоко)	180	44,46	33,3	0,3	0,3	6,75
	хлеб	4/12.	бутерброд с повидлом	30/40/10	15,44	222	2,4	7,5	36,9
Итого			хлеб пшеничный	30	1,32				
			повидло	40	5,82				
					115,97	709,3	19,3	25,4	101,75
Обед	закуска	20/28	салат "Из свежих огурцов и помидор"	100	13,12	61	0,7	7,4	2,9
			огурец свежий	30	4,50				
			помидор	38	6,88				
			лук реп.	10	0,75				
			масло растительное	5	0,86				
			кислота лимонная	0,5	0,007				
			сахар	1	0,11				
			соль	0,3	0,01				
	1 блюдо	56/69	рассольник Ленинградский	250/10	27,15	120	18,16	5,3	15,4
			картофель	93,3	4,20				
			крупа перловая	5	0,19				
			морковь	12,5	1,13				
			лук реп.	6,6	0,50				
			масло сливочное	5	6,89				
			огурец соленый	26,6	10,77				
			сметана	10	3,48				
	2 блюдо	77/91	рыба припущенная "Минтай"	90	62,64	226	18,2	10,2	2
			минтай	196	61,74				
			морковь	5	0,45				
			лук реп.	6	0,45				
	соус	227/250	соус белый оснесточий	20	1,85	45,2	3,76	3,48	0,76
			лук реп.	1	0,08				
			масло сливочное	1,25	1,72				
			мука	1,25	0,05				
	гарнир	131/153	картофельное пюре	150	16,68	140	1,8	1,2	0,81
			картофель	161,5	7,27				
			масло сливочное	5	6,89				
			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	1,76	93,5	3,5	0,5	24,15
	хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	40	1,80	65,1	2,01	0,26	1,04
					134,60	826,8	48,13	28,34	67,06
Итого									
Итого за весь день					250,56	1536,1	67,43	53,74	168,81

Основное организованное меню

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

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет приходящие			Отд./корп				День	Среда 16.09.2026г.
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	182/205	каша манная молочная жидкая	29	36,43	210	10,2	12,8	42,3
			крупа манная	39	2,79				
			молоко	220	23,32				
			Сахар	6	0,67				
			масло сливочное	7	9,65				
	гор.напиток	275/302	какао на сгущенном молоке	200	6,27	120	3,5	3,4	19,6
			какао порошок	2	0,30				
			молоко сгущенное	38	5,97				
	напиток	г.п.	кефир	200	23,60	100	5,8	5	8
	Фрукт	г.п.	фрукт (Яблоко)	180	44,46	33,3	0,3	0,3	6,755
Итого	хлеб	4/12.	бутерброд с повидлом	30/40/10	20,41	122	2,4	7,5	36,9
			масло сливочное	10	13,78				
			повидло	40	5,82				
					131,16	585,3	22,2	29	113,555
Обед	закуска	14/22	салат "Из свежих огурцов и помидор"	100	18,35	81	0,7	7,4	2,9
			огурец свежий	50	7,50				
			помидор	47	8,51				
			лук реп.	18	1,35				
			масло растительное	5	0,86				
			кислота лимонная	0,5	0,01				
			сахар	1	0,11				
			соль	0,3	0,01				
	1 блюдо	56/69	рассольник Ленинградский	250/10	27,15	120	18,16	5,3	15,4
			картофель	93,3	4,20				
			крупа перловая	5	0,19				
			морковь	12,5	1,13				
			лук реп.	6,6	0,50				
			масло сливочное	5	6,89				
			огурец соленый	26,6	10,77				
			сметана	10	3,48				
	2 блюдо	77/91	рыба припущенная "Минтай"	100	78,23	259,2	3	14,5	2,16
			морковь	4	0,36				
			минтай	246	77,49				
			лук реп.	5	0,38				
	гарнир	131/153	картофельное пюре	180	20,00	168	3,7	6,3	23,4
			картофель	193,5	8,71				
			масло сливочное	6	8,27				
			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	1,76	93,5	3,5	0,5	24,15
	хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	40	1,80	74,4	2,3	0,3	14,8
	соус	227/250	соус белый основной	20	1,85	61,5	4,7	4,35	0,95
			мука	1,25	0,05				
			лук реп.	1	0,08				
			масло сливочное	1,25	1,72				
					158,73	933,6	36,06	38,65	103,76
	Итого				289,89	1518,9	58,26	67,65	217,315
	Итого за весь день								

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

Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 лет проживающие			Отд./корп				День	Среда 16.09.2026г			
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	гор.блюдо	182/43	каша манная молочная жидкая	180/5.	26,17	145	7,3	9,2	30,5			
			крупа манная	28	2,00							
			молоко	158	16,75							
			Сахар	5	0,53							
			масло сливочное	5	6,89							
	гор.напиток	275/57	какао на сгущенном молоке	200	4,22	102	3,5	3,4	19,6			
			какао порошок	2	0,30							
			молоко сгущенное	38	6,08							
	г.п.		яйцо вареное	40	3,92	53	5,08	4,6	0,28			
			хлеб	4/4.	бутерброд с повидлом	30/40/10.	22,82	179	2,4	7,5	36,9	
			масло сливочное	10	13,78							
			хлеб пшеничный	40	1,76							
			повидло	50	7,28							
Итого					53,21	324	13,2	20,1	87			
Обед	закуска	14/7.	салат "из свежих огурцов и помидор"	50	6,34	61	0,6	5,9	2,3			
			огурец свежий	30	2,55							
			помидор	38	4,18							
			лук реп.	10	0,55							
			масло растительное	5	0,86							
			кислота лимонная	0,5	0,007							
			сахар	1	0,11							
			соль	0,3	0,01							
			рассольник Ленинградский	250	28,04	120	18,16	5,3	15,4			
			картофель	93,3	4,20							
	1 блюдо	56/18	крупа перловая	5	0,19							
			морковь	12,5	0,88							
			лук реп.	6,6	0,36							
			масло сливочное	5	6,89							
			огурец соленый	26,6	11,92							
			сметана	10	3,61							
			рыба припущенная "Минтай"	80	62,42	45,2	18,2	10,2	2			
			минтай	196	61,74							
			морковь	5	0,35							
			лук реп.	6	0,33							
	соус	227/49	соус белый основной	20	1,83	59,2	3,76	3,48	0,86			
			лук реп.	1	0,06							
			масло сливочное	1,25	1,72							
			мука	1,25	0,05							
	гарнир	131/37	картофельное пюре	150	16,68	187	1,8	1,2	0,81			
			картофель	161,5	7,27							
			масло сливочное	5	6,89							
			молоко кипяченое	23,75	2,52							
	напиток	29159	кисель плодово - ягодный	200	9,60	96	0	0	20			
			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	2,66	0,48	16,74	
						130,39	744,42	47,88	26,9	78,12		
Итого												
Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (яблоко)	100	37,8	74	0,7	0,7	15,6			
	напиток	г.п.	сок фруктовый	200	16	92	1	0	25,4			
	сладкое	г.п.	пряник	50	8,05	200	3,2	1	37,8			
Итого					61,05	366	4,9	1,7	78,8			
Ужин	закуска	18/6.	салат из моркови с яблоком	100	14,6609	55	0,9	3,4	8,4			
			морковь	80	5,6							
			яблоко	23	4,83							
			масло растительное	24	4,128							
			кислота лимонная	0,3	0,0042							
			Сахар	0,8	0,0852							
			соль	0,3	0,0135							
			плов с мясом птицы	170	63,7835	220,7	12,1	9,2	36,8			
			куры	160,5	56,175							
			масло растительное	3,5	0,602							
	гор.блюдо	123/34	лук реп.	10,8	0,594							
			морковь	11,5	0,805							
			крупа рисовая	41	3,3415							
			масло растительное	9,5	1,634							
			томатная паста	2	0,632							
			хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,76	94,1	2,7	0,34	20,01	
			хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	40	1,8	81,92	2,66	0,48	16,74	
			гор напиток	268/53	чай с сахаром	200	1,3546	30	0,1	0,08	9,9	
					чай	0,4	0,2896					
					сахар	10	1,065					
	Итого					83,359	481,72	18,46	13,5	91,85		
	ужин 2	кисломолочный напиток	г.п.	Кефир	200	23,6	52	5,8	5	8		
				ватушка с творогом	50	14,7036	69	5,8	3,6	19,4		
				мука	32	1,344						
				сахар	3,1	0,33015						
				масло сливочное	2	2,756						
яйцо				8шт	0,784							
дрожжи				0,2	0,045							
соль				0,4	0,018							
масло растительное				0,2	0,0344							
ванилин				0,002	0,00005							
творог				16	9,392							
Итого								38,3036	121	11,6	8,6	27,4
Итого за весь день								67,11	2037,14	96,04	70,8	363,17