

Основное организованное меню

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

Делявская

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет проживающие			Отд./корп				Деляевская	Четверг 17.09.2026г.	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	185/208	каша пшеничная молочная жидкая	250/10.	31,21	351,9	17,3	11	39,9	
			крупа пшено	50	3,40					
			молоко	126	13,36					
			Сахар	6	0,67					
			масло сливочное	10	13,78					
	гор.напиток	274/301	какао с молоком	200	22,40	88	3,3	2,5	13,7	
			какао порошок	4	0,60					
			молоко	100	10,60					
	хлеб	1/9.	Сахар	10	11,20					
			бутерброд с маслом	70/20.	30,64	313	5,4	17	34	
Итого										
Обед	закуска	36/44	Салат картофельный с зеленым горошком	100	8,62	144	3,3	5,4	10,8	
			яйцо	10	1,00					
			картофель	86	3,87					
			масло растительное	8	1,38					
			горошек консер.	27	1,70					
			лук реп.	9	0,68					
	1 блюдо	63/72	суп картофельный с бобовыми и гречками	250	14,55	111,7	2,6	2,5	18,8	
			картофель	62,5	2,81					
			лук реп.	12	0,90					
			морковь	16	1,44					
			масло сливочное	5	6,89					
			горох	20	0,79					
	2 блюдо	115/131	хлеб пшеничный	39	1,72					
			рагу овощное с мясом	250	108,72	523	21,4	28,4	23,5	
			мука	3	0,13					
			картофель	98	4,41					
			Капуста белокачанная	76	6,31					
			лук реп.	35	2,63					
			морковь	63	5,67					
			масло растительное	8	1,38					
			томатна паста	6	1,90					
			Филе курицы	122	84,85					
			масло сливочное	1	1,38					
			сахар	0,7	0,08					
	напиток	276/303	яблочно-лимонный напиток	200	22,08	101	0,3	0,2	2,5	
			яблоко	57	14,08					
			лимон	16	5,76					
			Сахар	20	2,24					
	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	
Итого					157,53	1047,6	33,4	37,3	94,55	
Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (Груша)	200	46	34,13	0,3	0,23	7,35	
	напиток	г.п.	сок фруктовый	200	16	92	1	0	25,4	
	сладкое	г.п.	мармелад	50	17,425	321	0,1	0	79,4	
Итого					79,425	447,13	1,4	0,23	112,15	
Ужин	закуска	44/98	салат из свежих овощей с с	100	16,2799	153,5	2	6,14	22,54	
			морковь	48,6	4,374					
			Капуста белокачанная	31,3	2,5979					
			курага	9,5	2,85					
			чернослив	15,3	5,202					
			Сахар	2	0,224					
	2 блюдо	124/146	масло растительное	6	1,032					
			фрикадельки из кур	100	48,6	245	12,5	15,7	11,1	
	гарнир	165/188	каша рассыпчатая из гречне	200	13,398	214,2	14	8,7	57,9	
			крупа гречневая	95	5,13					
			масло сливочное	6	8,268					
			хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,76	93,5	3,5	0,5
	гор. Напиток	268/295	чай с сахаром	200	1,4064	35	0,1	0,03	9,9	
			чай	0,4	0,2864					
			сахар	10	1,12					
	Итого					81,4443	741,2	32,1	31,07	115,69
ужин 2	кисломолочный напиток	г.п.	кефир	200	23,6	100	5,8	5	8	
	гор. Напиток	168/295	чай с сахаром	200	1,4064	35	0,1	0,03	9,9	
			чай	0,4	0,2864					
			Сахар	10	1,12					
	сладкое	г.п.	баранка	50	13,625	149	1,99	2,7	26,3	
Итого					38,6314	284	7,89	7,73	44,2	
Итого за весь день					441,28	3272,83	100,79	106,83	454,19	

Основное организованное меню

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

Школа	МБОУ Целинная ОШ № 15 7-11 лет проживающие			Отд./корп			Целинная ОШ №15 г.А. Деляевская								
Прием пищи	Раздел	№ рецеп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы						
Завтрак	гор. блюдо	185/44	каша пшениная молочная жидкая	200/5	20,96	110	3,84	4,8	19,2						
			крупа пшено	40	2,72										
			молоко	101	10,71										
			Сахар	6	0,64										
			масло сливочное	5	6,89										
	гор. напиток	274/56	какао с молоком	200	11,97	85	3,3	2,5	13,7						
			какао порошок	2	0,30										
			молоко	100	10,60										
			Сахар	10	1,07										
	хлеб	1/1.	бутерброд с маслом	50/15	22,65	120	2,77	5,8	23,2						
			хлеб	45	1,98										
			масло сливочное	15	20,67										
			Гренки с сыром	50-5-15	20,94										
сыр			15	11,85											
Итого			масло сливочное	5	6,89										
			хлеб	50	2,20										
					76,51	315	9,91	13,1	56,1						
			Обед	закуска	36/10	Салат картофельный с зеленым горошком	80	5,86	115	2,6	8	8,1			
						лук реп.	7	0,39							
						картофель	70	3,15							
						горошек консерв.	24	1,54							
						масло растительное	8	1,38							
			Итого			яйцо	8	0,78							
						1 блюдо	63/21	суп картофельный с бобовыми и гренками	250/20	14,00	111,7	2,6	2,5	18,8	
картофель	62,5	2,81													
лук реп.	12	0,66													
морковь	16	1,12													
масло сливочное	5	6,89													
Итого						горох	20	0,80							
						хлеб пшеничный	39	1,72							
						2 блюдо	115/33	рагу овощное с мясом	200	80,40	355,2	12,3	9	18	
								Филе куриной грудки	97	64,51					
			мука	2	0,08										
			картофель	79	3,56										
			Капуста белокачанная	61	3,66										
			Итого			лук реп.	28	1,54							
						морковь	51	3,57							
						масло растительное	6	1,03							
томатна паста	4,5	1,42													
масло сливочное	0,7	0,96													
сахар	0,6	0,06													
напиток	276/58	яблочно-лимонный напиток				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	94,1	2,7	0,34	20,01					
Итого			хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	40	1,80	81,92	2,66	0,48	16,74				
					121,27	858,92	23,16	20,52	106,75						
			Подзник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (Груша)	200	46	102	0,8	0,6	20,6			
						напиток	г.п.	сок фруктовый	200	16	112	1	0,2	25,4	
						сладкое	г.п.	мармелад	35	12,1975	138	0,04	1,1	15,6	
			Итого					74,1975	214	1,84	1,9	61,6			
						Узжн	закуска	44/14	салат из свежих овощей с сух.	100	14,577	98,2	23,23	23,35	0,73
									морковь	48,6	3,402				
									Капуста белокачанная	31,3	1,878				
									курага	9,5	2,85				
чернослив	15,3	5,202													
Итого						Сахар	2	0,213							
						масло растительное	6	1,032							
						2 блюдо	124/35	фрикадельки из кур	90	54,315	109,9	18	12,9	0,5	
								гарнир	165/38	каша рассыпчатая из гречнев.	180	11,534	117,8	12,6	7,8
			крупа гречневая	86	4,644										
			масло сливочное	5	6,89										
			хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный			40	1,76	94,1	2,7	0,34	20,01		
					гор. Напиток	268/53	чай с сахаром	200	1,3546	32	0,1	0,03	9,9		
							чай	0,4	0,2896						
							сахар	10	1,065						
Итого							83,5406	452	56,63	44,42	83,24				
			ужжн 2	кисломолочный напиток	г.п.	Кефир	200	24,6	52	5,8	5	8			
						сладкое	г.п.	баранка	40	11,44	65	1,23	1,2	4,8	
			Итого					36,04	117	7,03	6,2	12,8			

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

Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 приходящие			Отд./корп				День	Четверг	
									17.09.2026г	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	185/208	каша пшенная молочная жидкая	150	20,99	249,6	3,84	4,8	19,2	
			крупа пшено	40	2,72					
			молоко	101	10,71					
			Сахар	6	0,67					
	гор.напиток	274/301	масло сливочное	5	6,89					
			какао с молоком	200	12,02	88	3,3	2,5	13,7	
			какао порошок	2	0,30					
			молоко	100	10,60					
	напиток	г.п.	Сахар	10	1,12					
			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	22,65	237,6	2,77	5,8	23,2	
хлеб			45	1,98						
масло сливочное			15	20,67						
Итого					125,26	709,33	16,01	18,33	71,45	
Обед	закуска	36/44	Салат картофельный с зеленым горошком	100	7,36	95,2	4,32	9,2	15,03	
			Яйцо	8	0,80					
			лук реп.	7	0,53					
			картофель	70	3,15					
			горошек зеленый консерв.	24	1,51					
			масло растительное	8	1,38					
	1 блюдо	63/72	суп картофельный с бобовыми и гречками	250	14,55	11,7	2,6	2,5	18,8	
			картофель	62,5	2,81					
			лук реп.	12	0,90					
			морковь	16	1,44					
			масло сливочное	5	6,89					
			горох	20	0,79					
	2 блюдо	115/131	хлеб пшеничный	39	1,72					
			рагу овощное с мясом	150	86,34	355,2	12,3	9	18	
			Филе куриной грудки	97	67,46					
			мука	2	0,09					
			картофель	79	3,56					
			Капуста белокачанная	61	5,06					
			лук реп.	28	2,10					
			морковь	51	4,59					
			масло растительное	6	1,03					
			томатна паста	4,5	1,42					
			масло сливочное	0,7	0,96					
			сахар	0,6	0,07					
	напиток	276/303	яблочно-лимонный напиток	200	22,08	101	0,3	0,2	25,1	
			яблоко	57	14,08					
			лимон	16	5,76					
			Сахар	20	2,24					
	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	
Итого					133,89	731	25,32	21,7	115,88	
Итого за весь день					259,15	1440,33	41,33	40,03	187,33	

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

Основное организованное меню

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 пшенная молочная жидкая	200	23,67	189	7,3	11	44
			крупа пшено	50	3,40				
			молоко	126	13,36				
			Сахар	6	0,67				
			масло сливочное	7	9,65				
	гор.напиток	274/301	какао с молоком	200	12,32	88	3,3	2,5	13,7
			какао порошок	4	0,60				
			молоко	100	10,60				
	напиток	г.п.	кефир	200	23,60	100	5,8	5	8
			Фрукт (Груша)	200	46,00	34,13	0,3	0,23	7,35
Итого	хлеб	1/9	бутерброд с маслом	50/20	29,76	165	4	16,7	23,8
			хлеб	50	2,20				
			масло сливочное	20	27,56				
					135,35	576,13	20,7	35,43	96,85
Обед	закуска	36/44	Салат картофельный с зеленым горошком	100	8,82	98	3,3	5,4	10,8
			яйцо	10	1,00				
			лук реп.	7	0,53				
			картофель	86	3,87				
			горшек зеленый консерв.	27	1,70				
			масло растительное	10	1,72				
	1 блюдо	63/72	суп картофельный с бобовыми и гречками	250	14,55	111,7	2,6	2,5	18,8
			картофель	62,5	2,81				
			лук реп.	12	0,90				
			морковь	16	1,44				
			масло сливочное	5	6,89				
			горох	20	0,79				
	2 блюдо	115/131	хлеб пшеничный	39	1,72				
			рагу овощное с мясом	200	108,72	144	4,8	6,2	15,8
			мука	3	0,13				
			картофель	98	4,41				
			Капуста белокачанная	76	6,31				
			лук реп.	35	2,63				
	напиток	276/303	морковь	63	5,67				
			масло растительное	8	1,38				
			томатна паста	6	1,90				
			филе курицы	122	84,85				
			масло сливочное	1	1,38				
			сахар	0,7	0,08				
	хлеб бел.	г.п.	яблочно-лимонный напиток	200	22,08	101	0,3	0,2	2,5
			яблоко	57	14,08				
			лимон	16	5,76				
			Сахар	20	2,24				
Итого	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
Итого за весь день					157,72	622,6	16,8	15,1	86,85
					293,08	1198,73	37,5	50,53	183,7