

Основное организованное меню									
Школа	МБОУ Целинная ОШ № 15 7-11 лет проживающие			Отд./корп					
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				
			блины с маслом	80/4.	6,91	170,8	2,32	4,8	12,72
	хлеб	231/50	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				
			суп картофельный с лапшой	200	6,07	88	2,24	2,2	11,24
			картофель	60	2,70				
	1 блюдо	60/19	морковь	8	0,56				
			лук реп.	8	0,44				
			масло растительное	2	0,34				
			лапша	8	2,03				
			Гуляш из отварной курицы	90	70,58	268,2	11,2	17,91	6,3
	2 блюдо	93/27	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				
	гарнир	129/36	масло растительное	7,8	1,34				
			картофель отварной с маслом	180/4	19,46	151	3,5	3,8	25
			картофель	310	13,95				
			масло сливочное	4	5,51				
			яблочно-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
Ужин	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				
	гор.блюдо	166/39	масло сливочное	1,7	2,3426				
			мука	1,3	0,0546				
			сахар	0,03	0,03195				
			Каша перловая рассыпчатая	150/6.	10,8475	76,5	5,5	4,3	38
			Перловка	67	2,5795				
	хлеб бел.	г.п.	масло сливочное	6	8,268				
			хлеб пшеничный	35	1,54	94,1	2,7	0,34	20,01
			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	95,75
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					37,25	129	8	70,78	336,46
Итого за весь день					334,96	2319,44	79,08	141,56	672,92



 тверждаю директор МБОУ Целинной ОШИ №15 Н.А. Делявская Основное организованное меню									
Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 приходящие			Отд./корп				День	Понедельник
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				
	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				
			картофель отварной	180	19,46	151	3,5	3,8	25
	гарнир	129/36	Картофель	310	13,95				
			масло сливочное	4	5,51				
			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				
		г.п.	хлеб пшеничный	40	1,76	94,1	2,7	0,34	20,01
		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

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

Юридический
21.09.2026г

Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет проживающие			Стд. сорт				День	Понедельник 21.09.2026г		
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						
			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						
	хлеб	231/50	сахар	10	1,07						
			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						
			лапша	10	2,54						
			2 блюдо	93/27	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						
	масло растительное	10			1,72						
	мука	4			0,17						
	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							
напиток			276/58	яблочно-лимонный напиток	200	17,46	70	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	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						
	гор. блюдо	166/39	масло растительное	7	1,204						
			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 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	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					457,78	2944,84	108,82	97,84	522,98		

Утверждено директор МБОУ Целинной ОШИ №15 Н.А. Делявская									
Основное организованное меню									
Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15			Отд./корп				День	Понедельник
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	2/10	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				
Итого					108,51	720	24,5	27,4	107,1
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				
	2 блюдо	93/27	лапша	10	2,54				
			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				
	гарнир	129/36	томатная паста	4	1,26				
			картофель отварной	180/4.	19,46	161	3,5	3,8	25
			картофель	310	13,95				
			масло сливочное	4	5,51				
			яблочно-лимонный напиток	200	17,46	101	0,3	0,2	25,1
	напиток	276/58	яблоко	57	11,97				
			сахар	20	2,13				
			лимон	16	3,36				
			хлеб бел.	50	2,20	245	7	1,2	50,8
	хлеб черн.	г.п.	хлеб пшеничный	50	2,20	245	7	1,2	50,8
			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

