

	Основное организованное меню								Утверждено
Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 лет проживающие			Отд./корп				День	Директор МБОУ Целинной ОШИ №15 Н.А. Деласкина подпись 28.09.2016г.
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углебодн
Завтрак	гор.блюдо	173/41	Каша рисовая вязкая	180/5.	33,64	259	7	9	38
			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	90	3	3	15
			кофейный напиток	2	0,40				
			сахар	10	1,07				
			молоко	100	10,60				
			блины с маслом	80/4.	6,91	115	2	5	13
	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	59	5	5	0
	Итого				56,53	523	17	22	67
Обед	закуска	43/13	Винегрет овощной с фасолью	100	14,57	84	1	7	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	2	14
			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	184	70,58	207	11	18	6
			Филе курицы	100	66,50				
			морковь	13,5	0,95				
			лук реп.	11,2	0,62				
			мука	3,3	0,14				
	гарнир	129/36	томатна паста	3,3	1,04				
			масло растительное	7,8	1,34				
			картофель отварной с маслом	120	19,46	151	4	4	25
			картофель	310	13,95				
			масло сливочное	4	5,51				
	напиток	276/58	яблочко-лимонный напиток	200	17,46	101	3	0	25
			яблоко	57	11,97				
			сахар	20	2,13				
			лимон	16	3,36				
			хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,76	83	3
хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	40	1,80	62	2	0	15	
Итого				131,71	776	26	31	109	
Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (банан)	100	20,65	89	1	0	3
	напиток	г.п.	сок фруктовый	200	16	92	0	0	23
	сладкое	г.п.	пряник	88	14,168	164	3	2	38
Итого				50,818	345	4	2	64	
	Салат	39/11	Салат Студенческий	80/30	10,025	94	3	8	5
			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 рассыпч	150/6.	10,8475	191	6	4	38
			Перловка	67	2,5795				
			масло сливочное	6	8,268				
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,76	83	3	0	20
	хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	40	1,8	62	2	0	15
	гор. Напиток	268/53	чай с сахаром	200	1,3546	33	0	0	9
			чай	0,4	0,2896				
			сахар	10	1,065				
Итого						73,43175	586	24,8	15,1
завтрак 2	кисломолочный напиток	г.п.	Кефир	200	24,6	52	5,8	5	8
	сладкое	г.п.	Печенье сахарное	100	25,5	116	2	4	21
	Итого				50,1	168	7,8	70,1	333,1
Итого за весь день					362,59	2398	79,6	140,2	666,2

Утверждаю

 директор МБОУ
 Целинной ОШИ №15
 г.А. Деляевская

Подпись

28.09.2025г

Основное организованное меню									
Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 приходящие			Отд./корп					
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	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
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	58,5	
			масло сливочное	7	9,65					
			рис	55	4,48					
			молоко	205	21,73					
			сахар	6	0,64					
			кофейный напиток на молоке	200	12,31	109	3,2	2,8	18,5	
	гор.напиток	272/55	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					
			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					
			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 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
Целинная ОШИ № 15
Н.А. Деявская
Понедельник
28.09.2026г.

28.09.2026г.

28.09.2026г.

28.09.2026г.

28.09.2026г.

28.09.2026г.

28.09.2026г.

28.09.2026г.

28.09.2026г.

28.09.2026г.

28.09.2026г.

28.09.2026г.

28.09.2026г.

28.09.2026г.

28.09.2026г.

28.09.2026г.

												Утверждаю Директор МБОУ Целинной ОШИ №15 г. Делярская
												Воспитатель 28.09.2026г.

