

Утверждаю

Директор МБОУ
Целинной ОШ № 15
И.А. Делявская

Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШ № 15 7-11 лет проживающие			Отд./корп						Дени	30.09.2026г	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углебоды			
Завтрак	гор.блюдо	182/43	каша манная молочная жидкая	180/5.	26,17	210	7,3	9,2				
			крупа манная	28	2,00							
			молоко	158	16,75							
			Сахар	5	0,53							
			масло сливочное	5	6,89							
	гор.напиток	275/57	какао на густенном молоке	200	4,22	111	3,5	3,4	19,6			
			какао порошок	2	0,30							
			молоко густенное	38	6,08							
	хлеб	4/4.	яйцо вареное	40	3,92	59	5,08	4,6	0,28			
			бутерброд с повидлом	30/40/10.	22,82	206	2,4	7,5	36,9			
			масло сливочное	10	13,78							
			хлеб пшеничный	40	1,76							
			повидло	50	7,28							
Итого					53,21	416	13,2	20,1	87			
Обед	закуска	14/7.	салат "из свежих огурцов и помидор"	80	8,27	60	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"	120	62,42	221	23	13	2			
	2 блюдо	77/26	минтай	196	61,74							
			морковь	5	0,35							
			лук реп.	6	0,33							
			соус	227/49	соус белый основной	20	1,83	56	9	2	2	
	соус		лук реп.	1	0,06							
			масло сливочное	1,25	1,72							
			мука	1,25	0,05							
	гарнир	131/37	картофельное пюре	150	16,68	146	4	6	22			
			картофель	161,5	7,27							
			масло сливочное	5	6,89							
			молоко кипяченое	23,75	2,52							
	напиток	29159	кисель плодово - ягодный	200	9,60	72	0	0	20			
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,76	93	2,7	0,34	20,01			
	хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	40	1,80	81,92	2,66	0,48	16,74			
Итого					130,39	849,92	60,12	33,02	100,45			
Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (яблоко)	100	37,8	74	0,7	0,7	15,6			
	напиток	г.п.	сок фруктовый	200	16	0	1	0	23			
	сладкое	г.п.	пряник	50	8,05	164	3,2	2	37,8			
Итого					61,85	238	4,9	2,7	76,4			
Ужин	закуска	18/6.	салат из моркови с яблока	100	14,6609	54	0,9	3,4	7			
			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							
	гор.блюдо	123/34	плов с мясом птицы	170	63,7835	250	12,1	9,2	36,8			
			куры	160,5	56,175							
			масло растительное	3,5	0,602							
			лук реп.	10,8	0,594							
			морковь	11,5	0,805							
			крупа рисовая	41	3,3415							
			масло растительное	9,5	1,634							
			томатна 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	36	0,1	0,08	9,9			
			чай	0,4	0,2896							
			сахар	10	1,065							
Итого							83,359	516,02	18,46	13,5	90,45	
ужин 2		кисломолочный напиток	г.п.	Кефир	200	23,6	83	5,8	4	8		
		сладкое	252/51	ватрушка с творогом	100	29,4	71	4	2	11		
				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					300	53	154	9,8
Итого за весь день					381,81	2173,94	106,48	75,32	373,3			

Основное организованное меню



директор

МБОУ Целинная ОШИ №15 Н.А.

Делавская

Среда
30.09.2026г

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 1-4 классы 7-11 приходящие			Отд./корп						Среда 30.09.2026г		
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	8,2	34,5			
			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	5,8	5,4	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			
			хлеб пшеничный	30	1,32							
			повидло	40	5,82							
Итого					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 основной	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				
Итого					134,60	826,8	48,13	28,34	67,06			
Итого за весь день					250,56	1536,1	67,43	53,74	168,81			

Основное организованное меню

Утверждаю

МБОУ Целинная ОШИ № 15

Директор

Средняя

20.09.2024

Инициалы

Подпись

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

Школа		МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет проживающие		Отд./корп				Детская		Средняя			
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	Детская	Средняя		
Завтрак	гор.блюдо	182/205	каша манная молочная	250	36,43	325	10,2	12,8					
			жидкая	39	2,79								
			крупа манная	220	23,32								
			молоко	6	0,67								
			Сахар	7	9,65								
	гор.напиток	275/302	какао на густом молоке	200	6,27	120	3,5	3,4	19,6				
			молоко	2	0,30								
			какао порошок	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								
Итого			повидло	40	5,82								
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								
			рассольник Ленинградский	250/10	27,15	120	18,16	5,3	15,4				
			картофель	93,3	4,20								
	1 блюдо	56/69	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								
			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.	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 белый основной	20	1,85	49,2	3,76	3,48	0,76				
	соус	227/250	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 яблоком	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								
			плов с мясом птицы	200	73,4418	522	21	27	44,2				
			куры	196,5	65,0415								
			лук реп.	12,5	0,9375								
	гор.блюдо	123/145	морковь	13	1,17								
			крупа рисовая	47	3,76								
			масло растительное	10,5	1,806								
			томатная паста	2,3	0,7268								
			хлеб бел.	г.п.	40	1,76	93,5	3,5	0,5	24,15			
			хлеб черн.	г.п.	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	кисломолочный 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	9,024								
Итого за весь день							412,48	3148,3	95,42	113,21	373,52		

Утверждаю
МБОУ Целинная ОШИ № 15
Директор
30.09.2026г
Среды

Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет приходящие			Отд./корп					
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		
			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	15,6
			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
	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				
Итого					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				
Итого					158,73	933,6	36,06	38,65	103,76
Итого за весь день					289,89	1518,9	58,26	67,65	217,315