

Утверждено директор МБОУ Целинной ОШ №15 Н.А. Делявская									
Основное организованное меню									
Школа	МБОУ Целинная ОШ № 15			Отд./корп				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	12,0	54,4
			масло сливочное	7	9,65				
			рис	55	4,48				
			молоко	205	21,73				
			сахар	6	0,64				
			кефир	200	23,60	52	5,8	5	8
			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				
			лапша	10	2,54				
	2 блюдо	93/27	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				
			томатная паста	4	1,26				
	гарнир	129/36	картофель отварной	180/4.	19,46	161	3,5	3,8	25
			картофель	310	13,95				
			масло сливочное	4	5,51				
	напиток	276/58	яблочно-лимонный напиток	200	17,46	101	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					55,30	1225,92	40,06	37,33	147,44
Итого за весь день					163,80	1945,92	64,56	64,73	254,54

	Основное организованное меню							Утверждаю директор МБОУ Целинной ОШИ №15 Н.А. Делявская Понедельник 05.10.2026г			
Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 лет проживающие			Отд./корп				Дня			
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор.блюдо	173/41	Каша рисовая вязкая	180/5.	33,64	259	7	9	39		
			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						
	хлеб	231/50	блины с маслом	80/4.	6,91	115	2	5	13		
			мука	50	2,10						
			сахар	2	0,21						
			соль	1	0,05						
			дрожжи	0,5	0,11						
			масло растительное	5	0,52						
			г.п	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						
	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	яблочно-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	0	20
	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 рассыпчат	150/6.	10,8475	191	6	4	38
			Перловка		67	2,5795					
	хлеб бел.	г.п.	масло сливочное	6	8,268						
			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					
	Итого				73,43175	586	24,8	15,1	93,1		
	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
Н.А. Делявская
Понедельник
05.10.2026г

Утверждаю директор МБОУ Целинной ОШН №15 Н.А. Делявская Понедельник 05.10.2026г									
Основное организованное меню									
Школа	МБОУ Целинная ОШН № 15 7-11 приходящие			Отд./корп				День	
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				
			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				
	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
Итого за весь день					297,01	1265,22	42,9	47,63	181,09

	Основное организованное меню						Утверждаю директор МБОУ Целинной ОШИ №15 Н.А. Делявская Понедельник 05.10.2026г					
Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет проживающие			Отд./корп				День				
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							
	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							
			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							
	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							
			яблочно-лимонный напиток	200	17,46	70	0,3	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	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							
	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 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	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					274,53	1194,92	40,06	37,33	147,44			
					457,78	2944,84	108,82	97,84	522,98			

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

Понедельник
05.10.2026г