

Основное организованное меню



Школа	МБОУ Целинная ОШ № 15 12-18 лет проживающие				Отд./корп.			День	Четверг 08.10.2026г
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	185/208	каша пшеничная молочная	250/10	31,21	351,9	17,3	11	39,9
			жидкая						
			крупа пшено	50	3,40				
			молоко	126	13,36				
			Сахар	6	0,67				
	гор.напиток	274/301	масло сливочное	10	13,78				
			какао с молоком	200	22,40	88	3,3	2,5	13,7
			какао порошок	4	0,60				
	хлеб	1/9	молоко	100	10,60				
			Сахар	10	11,20				
Итого			бутерброд с маслом	70/20	30,64	313	5,4	17	34
			хлеб	70	3,08				
			масло сливочное	20	27,56				
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				
	напиток	276/303	морковь	63	5,67				
			масло растительное	8	1,38				
			томатная 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				
			хлеб черн.	40	1,76	93,5	3,5	0,5	24,15
			хлеб черн.	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
			сок фруктовый	200	16	92	1	0	25,4
			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
			каша рассыпчатая из грече	200	13,398	214,2	14	8,7	57,9
			крупа гречневая	95	5,13				
			масло сливочное	6	8,268				
			хлеб бел.	40	1,76	93,5	3,5	0,5	24,15
	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				
					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
			чай с сахаром	200	1,4064	35	0,1	0,03	9,9
			чай	0,4	0,2864				
			Сахар	10	1,12				
Итого			баранка	50	13,625	149	1,99	2,7	26,3
					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

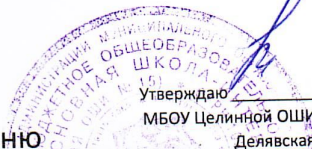
Утверждаю директор МБОУ
Целинной ОШ №15 Н.А. Делявская

Школа	МБОУ Целинная ОШ № 15 7-11 лет проживающие			Отд./корп			Целинная ОШ № 15 п.п. Дельтовская			
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор. блюдо	185/44	каша пшеничная молочная жидкая	200/5	20,96	124	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	86	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	22,65	146	2,77	5,8	23,2	
			хлеб	45	1,98					
			масло сливочное	15	20,67					
			Гренки с сыром	45	20,94	126	5	4	17	
			сыр	15	11,85					
			масло сливочное	5	6,89					
			хлеб	50	2,20					
Итого					76,51	356	9,91	13,1	56,1	
Обед	закуска	36/10	Салат картофельный с зеленым горошком	80	5,86	122	2,6	8	8,1	
			лук реп.	7	0,39					
			картофель	70	3,15					
			горошек консерв.	24	1,54					
			масло растительное	8	1,38					
			яйцо	8	0,78					
	1 блюдо	63/21	суп картофельный с бобовыми и гренками	250	14,00	120	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					
			горох	20	0,80					
			хлеб пшеничный	39	1,72					
	2 блюдо	115/33	рагу овощное с мясом	120	80,40	186	12,3	9	18	
			Филе куриной грудки	97	64,51					
			мука	2	0,08					
			картофель	79	3,56					
			Капуста белокачанная	61	3,66					
			лук реп.	28	1,54					
			морковь	51	3,57					
			масло растительное	6	1,03					
			томатная 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.	40	1,76	94,1	2,7	0,34	20,01
			хлеб черн.	г.п.	40	1,80	81,92	2,66	0,48	16,74
Итого					121,27	705,02	23,16	20,52	106,75	
Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (Груша)	100	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	66	0,04	1,1	15,6	
Итого					74,1975	214	1,84	1,9	61,6	
Ужин	закуска	44/14	салат из свежих овощей с сухо	100	14,577	47	1	4	3	
			морковь	48,6	3,402					
			Капуста белокачанная	31,3	1,878					
			курага	9,5	2,85					
			чернослив	15,3	5,202					
			Сахар	2	0,213					
			масло растительное	6	1,032					
	2 блюдо	124/35	фрикадельки из кур	90	54,315	174	18	12,9	1	
			гарнир	165/38	11,534	276	10	6	42	
	хлеб бел.	г.п.	каша рассыпчатая из гречнев	86	4,644					
			крупа гречневая	5	6,89					
			масло сливочное	40	1,76	94,1	2,7	0,34	20,01	
			хлеб пшеничный	200	1,3546	36	0,1	0,03	9,9	
			чай с сахаром	0,4	0,2896					
	гор. Напиток	268/53	чай	10	1,065					
			сахар							
Итого					83,5406	627,1	31,8	23,27	75,91	
ужин 2	кисломолочный напиток	г.п.	Кефир	200	24,6	122	5	4	20	
	сладкое	г.п.	баранка	100	28,6	30	1,23	1,2	4,8	
Итого					300	53,2	152	6,23	5,2	24,8

Основное организованное меню

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

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 приходящие			Отд./корп				День	Четверг
									08.10.2026г
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				
			масло сливочное	5	6,89				
	гор.напиток	274/301	какао с молоком	200	12,02	88	3,3	2,5	13,7
			какао порошок	2	0,30				
			молоко	100	10,60				
			Сахар	10	1,12				
	напиток	г.п.	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				
			хлеб пшеничный	39	1,72				
	2 блюдо	115/131	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 08.10.2026г
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	185/208	каша пшениная 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				
			Сахар	10	1,12				
	напиток	г.п.	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	50/20.	29,76	165	4	16,7	23,8
			хлеб	50	2,20				
			масло сливочное	20	27,56				
Итого					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				
			хлеб пшеничный	39	1,72				
	2 блюдо	115/131	рагу овощное с мясом	200	108,72	144	4,8	6,2	15,8
			мука	3	0,13				
			картофель	98	4,41				
			Капуста белокочанная	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
					157,72	622,6	16,8	15,1	86,85
Итого									
Итого за весь день			масло растительное	10	293,08	1198,73	37,5	50,53	183,7