

Утверждаю

директор МБОУ
Целинной ОШИ №15
Н.А. Делявская

Основное организованное меню

Школа		МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 лет проживающие		Основное организованное меню					Н.А. Делявская		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Отд./корп	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	День	Среда 14.10.2026г	
Завтрак	гор.блюдо	182/43	каша манная молочная жидкая	180/5.	26,17	210	7,3	9,2		30,5	
			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						
	г.п.		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	
	хлеб	4/4.	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		
			минтай	196	61,74						
	соус	227/49	морковь	5	0,35						
			лук реп.	6	0,33						
			соус белый основной	20	1,83	56	9	2	2		
			лук реп.	1	0,06						
	гарнир	131/37	масло сливочное	1,25	1,72						
			мука	1,25	0,05						
			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 яблоком	100	14,6609	54	0,9	3,4	7		
			морковь	80	5,6						
			яблоко	23	4,83						
			масло растительное	24	1,128						
			кислота лимонная	0,3	0,042						
			Сахар	0,8	0,0852						
			соль	0,3	0,0135						
			плов с мясом птицы	170	63,7835	250	12,1	9,2		36,8	
			куры	160,5	56,175						
			гор.блюдо	123/34	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						
	томатная 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		
			ватушка с творогом	100	29,4	71	4	2		11	
	сладкое	252/51	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	19		
Итого за весь день					381,81	2173,94	106,48	75,32	373,3		

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

Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 1-4 классы 7-11 приходящие			Отд./корп				День	Среда 14.10.2026г
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	9,2	30,5
			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	3,5	3,4	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
Итого	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				
					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

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

Основное организованное меню

Основное организованное меню									
Школа									
МБОУ Целинная ОШИ № 15									
12-18 лет приходящие									
Отд./корп									
Цена									
Калорийность									
Белки									
Жиры									
Углеводы									
День									
14.10.2026г.									
Среда									
Прием пищи									
Завтрак									
гор.блюдо									
182/205									
каша манная молочная жидкая									
29									
36,43									
210									
10,2									
12,8									
42,3									
гор.напиток									
275/302									
какао на сгущенном молоке									
2									
0,30									
38									
5,97									
200									
23,60									
100									
5,8									
5									
8									
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									
40									
5,82									
Итого									
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									
47									
8,51									
18									
1,35									
5									
0,86									
0,5									
0,01									
1									
0,11									
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									
5									
0,19									
12,5									
1,13									
6,6									
0,50									
5									
6,89									
26,6									
10,77									
10									
3,48									
2 блюдо									
77/91									
рыба припущенная "Минтай"									
100									
78,23									
259,2									
3									
14,5									
2,16									
морковь									
4									
0,36									
246									
77,49									
5									
0,38									
гарнир									
131/153									
картофельное пюре									
180									
20,00									
168									
3,7									
6,3									
23,4									
картофель									
193,5									
8,71									
6									
8,27									
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									
1									
0,08									
масло сливочное									
1,25									
1,72									
Итого									
Итого за весь день									
289,89									
1518,9									
58,26									
67,65									
217,315									
103,76									
113,555									
29									
22,2									
585,3									
131,16									
40									
5,82									
13,78									
20,41									
30/40/10									
бутерброд с повидлом									
4/12.									
хлеб									
Фрукт									
напиток									
масло сливочное									
какао порошок									
какао на сгущенном молоке									
гор.напиток									
гор.блюдо									
Завтрак									
Прием пищи									
Среда									
14.10.2026г.									
День									
Жиры									
Белки									
Калорийность									
Цена									
Отд./корп									
МБОУ Целинная ОШИ № 15									
12-18 лет приходящие									
Школа									
Прием пищи									
Завтрак									
гор.блюдо									
182/205									
каша манная молочная жидкая									
29									
36,43									
210									
10,2									
12,8									
42,3									
гор.напиток									
275/302									
какао на сгущенном молоке									
2									
0,30									
38									
5,97									
200									
23,60									
100									
5,8									
5									
8									
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									
40									
5,82									
Итого									
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									
47									
8,51									
18									
1,35									
5									
0,86									
0,5									
0,01									
1									
0,11									
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									
5									
0,19									
12,5									
1,13									
6,6									
0,50									
5									
6,89									
26,6									
10,77									
10									
3,48									
2 блюдо									
77/91									
рыба припущенная "Минтай"									
100									
78,23									
259,2									
3									
14,5									
2,16									
морковь									
4									
0,36									
246									
77,49									
5									
0,38									
гарнир									
131/153									
картофельное пюре									
180									
20,00									
168									
3,7									
6,3									
23,4									
картофель									
193,5									
8,71									
6									
8,27									
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									
1									
0,08									
масло сливочное									
1,25									
1,72									
Итого									
Итого за весь день									
289,89									
1518,9									
58,26									
67,65									
217,315									
103,76									
113,555									
29									
22,2									
585,3									
131,16									
40									
5,82									
13,78									
20,41									
30/40/10									
бутерброд с повидлом									
4/12.									
хлеб									
Фрукт									
напиток									
масло сливочное									
какао порошок									
какао на сгущенном молоке									
гор.напиток									
гор.блюдо									
Завтрак									
Прием пищи									
Среда									
14.10.2026г.									
День									
Жиры									
Белки									
Калорийность									
Цена									
Отд./корп									
МБОУ Целинная ОШИ № 15									
12-18 лет приходящие									
Школа									
Прием пищи									
Завтрак									
гор.блюдо									
182/205									
каша манная молочная жидкая									
29									
36,43									
210									
10,2									
12,8									
42,3									
гор.напиток									
275/302									
какао на сгущенном молоке									
2									
0,30									
38									
5,97									
200									
23,60									
100									
5,8									
5									
8									
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									
40									
5,82									
Итого									
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									
47									
8,51									
18									
1,35									
5									
0,86									
0,5									
0,01									
1									
0,11									
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									
5									
0,19									
12,5									
1,13									
6,6									
0,50									
5									
6,89									
26,6									
10,77									
10									
3,48									
2 блюдо									
77/91									
рыба припущенная "Минтай"									
100									
78,23									
259,2									
3									
14,5									
2,16									
морковь									
4									
0,36									
246									
77,49									
5									
0,38									
гарнир									
131/153									
картофельное пюре									
180									
20,00									
168									
3,7									
6,3									
23,4									
картофель									
193,5									
8,71									
6									
8,27									
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									
1									
0,08									
масло сливочное									
1,25									
1,72									
Итого									
Итого за весь день									
289,89									
1518,9									
58,26									
67,65									
217,315									
103,76									
113,555									
29									
22,2									
585,3									
131,16									
40									
5,82									
13,78									
20,41									
30/40/10									
бутерброд с повидлом									
4/12.									
хлеб									
Фрукт									
напиток									
масло сливочное									
какао порошок									
какао на сгущенном молоке									
гор.напиток									
гор.блюдо									
Завтрак									
Прием пищи									
Среда									
14.10.2026г.									
День									
Жиры									
Белки									
Калорийность									
Цена									
Отд./корп									
МБОУ Целинная ОШИ № 15									
12-18 лет приходящие									
Школа									
Прием пищи									
Завтрак									
гор.блюдо									
182/205									
каша манная молочная жидкая									
29									
36,43									
210									
10,2									
12,8									
42,3									
гор.напиток									
275/302									
какао на сгущенном молоке									
2									
0,30									
38									
5,97									
200									
23,60									
100									
5,8									
5									
8									
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,									

Утверждено _____ директор
МБОУ Целинной ОШИ №15 Н.А.
Делявская

Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет проживающие			Отд./корп				День	Среда 14.10.2026г.		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор.блюдо	182/205	каша манная молочная жидкая	250	36,43	325	10,2	12,8	42,3		
			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	19,6		
			какао порошок	2	0,30						
			молоко сгущенное	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					58,13	794	17,8	28,8	117,5		
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						
	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.	40	1,76	93,5	3,5	0,5	24,15		
			хлеб черн. г.п.	40	1,80	74,4	2,3	0,3	14,8		
			соус	227/250	1,85	49,2	3,76	3,48	0,76		
			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 яблока	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						
	гор.блюдо	123/145	плов с мясом птицы	200	73,4418	522	21	27	44,2		
			куры	196,5	65,0415						
			лук реп.	12,5	0,9375						
			морковь	13	1,17						
			крупа рисовая	47	3,76						
			масло растительное	10,5	1,806						
			томатна 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	кисломолочны й 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