

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

Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 приходящие			Отд./корп				День	Четверг 15.10.2026г
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 белокочанная	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				
			яблочно-лимонный напиток	200	22,08	101	0,3	0,2	25,1
	напиток	276/303	яблоко	57	14,08				
			лимон	16	5,76				
			Сахар	20	2,24				
			хлеб бел. г.п.	40	1,76	93,5	3,5	0,5	24,15
	хлеб черн. г.п.	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 15.10.2026г
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	185/208	каша пшенная 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				
	напиток	г.п.	кефир	200	23,60	100	5,8	5	8
			Фрукт (Груша)	200	46,00	34,13	0,3	0,23	7,35
Итого	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				
					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				
	2 блюдо	115/131	хлеб пшеничный	39	1,72				
			рагу овощное с мясом	200	108,72	144	4,8	6,2	15,8
			мука	3	0,13				
			картофель	98	4,41				
			Капуста белокачанная	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
Итого					157,72	622,6	16,8	15,1	86,85
Итого за весь день					293,08	1198,73	37,5	50,53	183,7

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

Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет проживающие			Отд./корп				День	Четверг 15.10.2026г.		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор.блюдо	185/208	каша пшенинная молочная жидкая	250/10.	31,21	351,9	17,3	11	39,9		
			крупа пшено	50	3,40						
			молоко	126	13,36						
			Сахар	6	0,67						
			масло сливочное	10	13,78						
	гор.напиток	274/301	какао с молоком	200	22,40	88	3,3	2,5	13,7		
			какао порошок	4	0,60						
			молоко	100	10,60						
	хлеб	1/9.	Сахар	10	11,20						
			бутерброд с маслом	70/20.	30,64	313	5,4	17	34		
хлеб			70	3,08							
		масло сливочное	20	27,56							
Итого					84,25	752,9	26	30,5	87,6		
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						
			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
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		
	напиток	г.п.	сок фруктовый	200	16	92	1	0	25,4		
	сладкое	г.п.	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 соусом	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		
	гарнир	165/188	каша рассыпчатая из гречки	200	13,398	214,2	14	8,7	57,9		
			крупа гречневая	95	5,13						
			масло сливочное	6	8,268						
			хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	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							
Итого					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		
	гор. Напиток	168/295	чай	0,4	0,2864						
			Сахар	10	1,12						
	сладкое	г.п.	баранка	50	13,625	149	1,99	2,7	26,3		
Итого					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 г.п.г. Дельская	День	Четверг 15.10.2026г		
Принем пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор блюдо	185/44	каша пшениная молочная яловая	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						
	хлеб	1/1	Сахар	10	1,07						
			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						
			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 гречками	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						
	2 блюдо	115/33	хлеб пшеничный	39	1,72						
			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						
			томатна 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.	хлеб пшеничный	40	1,76	94,1	2,7	0,34	20,01
			хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	40	1,80	81,92	2,66	0,48	16,74
				121,27	705,02	23,16	20,52	106,75			
Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (Груша)	150	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 сух.	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						
	2 блюдо	124/35	масло растительное	6	1,032						
			фрикадельки из кур	90	54,315	174	18	12,9	1		
	гарнир	165/38	каша рассыпчатая из гречнев.	180	11,534	276	10	6	42		
			крупа гречневая	86	4,644						
			масло сливочное	5	6,89						
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,76	94,1	2,7	0,34	20,01		
			гор. Напиток	268/53	чай с сахаром	200	1,3546	36	0,1	0,03	9,9
			чай	0,4	0,2896						
			сахар	10	1,065						
							83,5406	627,1	31,8	23,27	75,91
ужин 2	кисломолочный напиток	г.п.	Кофир	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		