	Основное организованное меню					Утверждаю директор МБОУ Целинной ОШИ №15 Н.А. Делявская			
Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 приходящие			Отд./корп				День	Вторник 20.10.2026г
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. Блюдо	175/42	Каша гречневая молочная вязкая	250/7	34,141	116	11,3	11,2	46,3
			молоко	120	12,72				
			гречка	63	3,402				
			сахар	6	0,639				
			масло сливочное	7	9,646				
		272/55	Кофейный напиток на молоке	200	19,089	84	3,2	2,8	18,5
			Кофейный напиток	8	0,644				
			сахар	10	1,065				
			молоко	100	10,6				
	хлеб	3/11.	бутерброд с сыром	50/20.	19,58	112	7,6	4,3	23,7
			хлеб пшеничный	50	2,2				
			сыр	22/01.	17,38				
завтрак 2	напиток	г.п.	снежок	200	24,6	100	5,8	5	8
	Фрукт	г.п.	Фрукт (Апельсин)	200	46	108	2,7	0,56	2,24
Итого					**104,741**	**408**	**23**	**19,56**	**75,04**
Обед	закуска	9/5.	Салат "Из белокачанной капусты с зеленым горошком"	100	11,616	102	4,2	9,2	5,7
			капуста белокачанная	84	5,04				
			гороше консерв.	20	1,28				
			яйцо	40	3,92				
			масло растительное	8	1,376				
	1 блюдо	54/22	Борщ с капустой и картофелем	300	15,16725	145	2,8	9,9	16,3
			капуста белокачанная	30	1,8				
			картофель	48	2,16				
			морковь	16	1,12				
			лук реп.	14	0,77				
			масло растительное	6	1,032				
			свекла	64	3,2				
			томатная паста	3,5	1,106				
			сметана	10	3,6065				
			сахар	3,5	0,37275				
	2 блюдо	99/29	Котлета с соусом	120/50	58,25	262,5	18	14,6	14,5
			Котлета	100	55,3				
			соус	5,3	2,94685				
			лук реп.	1	0,055				
			морковь	3	0,21				
			томатна паста	5	1,58				
			масло сливочное	0,7	0,9646				
			сахар	0,5	0,05325				
			мука	2	0,084				
	гарнир	202/45	Макароны отварные с маслом	230/10	10,57	235	6,6	5	40
			Макароны	64	3,68				
			масло сливочное	5	6,89				
	напиток	276/58	Напиток Яблочно-лимонный	200	17,46	101	0,3	0,2	0,8
			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	20	0,9	81,92	2,66	0,48	16,74
Итого					**115,72**	**1021,52**	**37,26**	**39,72**	**114,05**
Итого за весь день					220,46	1429,52	60,26	59,28	189,09

Основное организованное меню

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

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 лет проживающие			Отд./корп				День	Вторник 20.10.2026г
Прием пищи	**Раздел**	**№ рец.**	**Блюдо**	**Выход, г**	**Цена**	**Калорийность**	**Белки**	**Жиры**	**Углеводы**
Завтрак	гор. Блюдо	175/42	Каша гречневая молочная вязкая	180/5.	80,9785	190	8,2	8	33,4
			гречка	45	2,43				
			сахар	5	0,5325				
			молоко	86	9,116				
			масло сливочное	5	68,9				
	гор. Блюдо	215/48	Сырники из творога	100/10	90,9565	360	25,8	16,2	38,2
			творог	135	79,245				
			Яйцо	1/8шт	0,784				
			мука	20	0,84				
			сахар	15	1,5975				
			масло сливочное	5	6,89				
			сгущеное молоко	10	1,6				
	гор.напиток	272/55	кофейный напиток на молоке	200	11,8582	94	2,9	2,8	15
			кофейный напиток	2,4	0,1932				
			молоко	100	10,6				
			сахар	10	1,065				
	хлеб	3/11.	бутерброд с сыром	30/10.	10,01	106	5	3	14,5
			хлеб пшеничный	30	1,32				
			сыр	11/01.	8,69				
Итого					**112,8247**	**750**	**41,9**	**30**	**101,1**
Обед	закуска	9/5.	салат "Из белокачанной капусты с зеленым горошком"	80	12,48	85	3,1	6,9	4,3
			капуста белокачанная	68	4,08				
			лук	20	1,1				
			горошек консерв.	34	2,176				
			яйцо	40	3,92				
			масло растительное	7	1,204				
	1 блюдо	65/22	Борщ с капустой и картофелем	200	10,4902	100	1,9	6,6	10,13
			капуста белокачанная	20	1,2				
			картофель	21	0,945				
			морковь	10	0,7				
			свекла	42	2,1				
			сахар	2	0,213				
			лук реп.	9	0,495				
			масло растительное	4	0,688				
			томатна паста	3	1,264				
			сметана	8	2,8852				
	2 блюдо	99/29	Котлета с соусом	80/30.	57,08515	180	13,8	11,1	11,1
			котлета	100	53,3				
			соус	12,3	3,78515				
			лук реп.	0,5	0,275				
			томатна паста	3	0,948				
			масло сливочное	1,7	2,3426				
			мука	1,3	0,0546				
			морковь	1,9	0,133				
			сахар	0,3	0,03195				
	гарнир	202/45	макароны отварные с маслом	200/10	4,369	210	6,6	5	40
			макароны	64	3,68				
			масло сливочное	5	0,689				
	напиток	276/58	Напиток Яблочно-лимонный	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	83	3,5	0,5	20
	хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	40	1,8	62	2	0,15	15
Итого					**105,44**	**821**	**31,2**	**30,45**	**125,63**
Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (Апельсин)	100	23	65	1,8	0,4	16,2
	напиток	г.п.	сок фруктовый	200	16	98	1	0	25,4
	сладкое	г.п.	Вафли	35	11,025	126	1	7,8	15,8
Итого					**50,025**	**289**	**3,8**	**8,2**	**57,4**
Ужин	закуска	129/36	Картофель отварной с маслом	180	19,462	151	3,5	3,8	25
			картофель	310	13,95				
			масло сливочное	4	5,512				
	гор.блюдо	93/27	Гуляш из отварной курицы	150	136,377	207	11,2	17,91	6,3
			лук реп.	15,4	0,847				
			томатна паста	3,3	1,0428				
			морковь	19,1	1,337				
			мука	3,3	0,1386				
			масло растительное	7,8	1,3416				
			филе куриное	198	131,67				
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	35	1,54	18	3,06	0,44	1,76
	хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	35	1,575	11	2,01	0,26	1,04
	гор. Напиток	269/53	чай с молоком	200	6,6546	67	1,6	1,8	12,4
			чай	0,4	0,2896				
			Сахар	10	1,065				
			молоко	50	5,3				
Итого					**165,6086**	**454**	**21,37**	**24,21**	**46,5**
Ужин 2	кисломолочный напиток	г.п.	Кефир	200	24,6	123	5,8	4	20
	сладкое	г.п.	Печенье сахарное	100	25,5	116	2,2	4	21
Итого					**50,1**	**239**	**8**	**8**	**41**
Итого за весь день					484,00	2553	106,27	100,86	371,63

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

Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 1-4 классы			Отд./корп				День	Вторник 20.10.2026г
Прием пищи	**Раздел**	**№ рец.**	**Блюдо**	**Выход, г**	**Цена**	**Калорийность**	**Белки**	**Жиры**	**Углеводы**
Завтрак	гор. Блюдо	175/42	каша гречневая молочная вязкая	180/5	18,9685	158	8,2	8	33,4
			гречка	45	2,43				
			сахар	5	0,5325				
			молоко	86	9,116				
			масло сливочное	5	6,89				
	фрукт	г.п.	Фрукт (Апельсин)	200	46	98	1,8	0,4	16,2
	напиток	г.п.	кефир	200	24,6	52	5,8	5	8
		03.ноя	бутерброд с сыром	30/10.	10,01	106	5	3	14,5
			хлеб пшеничный	30	1,32				
			сыр	11/01.	8,69				
Итого					**99,5785**	**414**	**20,8**	**16,4**	**72,1**
Обед	закуска	9/5.	салат "из белокачанной капусты с зеленым гор."	60	12,996	92	3,1	6,9	4,3
			капуста белокачанная	68	4,08				
			лук реп.	20	1,1				
			гороше консерв.	34	2,176				
			яйцо	40	3,92				
			масло растительное	10	1,72				
	1 блюдо	65/22	Борщ с капустой и картофелем	200	6,98	110	1,9	6,6	10,13
			капуста белокачанная	20	1,2				
			картофель	21	0,945				
			морковь	10	0,7				
			лук реп.	9	0,495				
			масло растительное	4	0,688				
			свекла	42	2,1				
			сметана	8	2,8852				
			томатна паста	3	2,528				
			сахар	2	0,852				
	2 блюдо	99/29	Котлета с соусом	80/30	60,189	189	13,8	11,1	11,1
			Котлета	100	53,3				
			Соус	12,3	3,53895				
			лук реп.	0,5	0,0275				
			томатна паста	3	0,948				
			масло сливочное	1,7	2,3426				
			мука	1,3	0,0559				
			морковь	1,9	0,133				
			сахар	0,3	0,03195				
	гарнир	202/45	Макароны с маслом	200/10	9,192	218	6,6	5	40
			макароны	64	3,68				
			масло сливочное	4	5,512				
	напиток	276/58	Напиток Яблочно-лимонный	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	93,5	3,5	0,5	24,15
	хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	20	0,9	41	1,15	0,15	7,4
Итого					**109,48**	**844,5**	**30,35**	**30,45**	**122,18**
Итого за весь день					209,06	1258,5	51,15	46,85	194,28

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

Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 12-18 лет проживающие			Отд./корп				День	Вторник 20.10.2026г
Прием пищи	**Раздел**	**№ рец.**	**Блюдо**	**Выход, г**	**Цена**	**Калорийность**	**Белки**	**Жиры**	**Углеводы**
Завтрак	гор. Блюдо	175/42	Каша гречневая молочная вязкая	180/5	23,651	116	11,3	11,2	46,3
			гречка	63	3,402				
			молоко	120	12,72				
			сахар	6	0,639				
			масло сливочное	5	6,89				
	гор.напиток	272/55	кофейный напиток на молоке	200	59,844	84	3,2	2,8	18,5
			кофейный напиток	8	0,644				
			молоко	100	10,6				
			сахар	10	1,065				
			сырники из творога	100/10	48,6	125	25	15	20
	хлеб	3/11.	бутерброд с сыром	50/20	19,58	112	7,6	4,3	23,7
			хлеб пшеничный	50	2,2				
			сыр	22\01.	17,38				
Итого					**103,075**	**437**	**47,1**	**33,3**	**108,5**
Обед	закуска	9/5.	салат "из белокачанной капусты с зелюгорошком"	100	13,71	102	4,2	9,2	5,7
			капуста белокачанная	84	5,04				
			морковь	25	1,75				
			гороше консерв.	20	1,28				
			яйцо	40	3,92				
			масло растительное	8	1,72				
	1 блюдо	54/22	Борщ	300	10,468	145	2,8	9,9	16,3
			капуста белокачанная	30	1,8				
			картофель	32	1,44				
			морковь	16	1,12				
			лук реп.	14	0,77				
			масло растительное	6	1,032				
			свекла	64	3,2				
			сметана	10	3,6065				
			сахар	3,5	0,37275				
			томатна паста	3,5	1,106				
	2 блюдо	202/45	Макароны отварные с маслом	230/10	10,57	174	6,6	5	40
			макароны	64	3,68				
			масло сливочное	5	6,89				
	гарнир	99/29	Котлета с соусом	120/50	58,91885	262,5	18	14,6	14,5
			котлета	100	53,3				
			соус	10	5,61885				
			лук реп.	1	0,055				
			морковь	3	0,21				
			масло сливочное	2,7	3,7206				
			томатна паста	5	1,58				
			сахар	0,5	0,05325				
	напиток	276/58	Напиток Яблочно-лимонный	200	17,46	70	0,3	0,2	0,8
			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	20	0,9	81,92	2,66	0,48	16,74
Итого					**113,79**	**929,52**	**37,26**	**39,72**	**114,05**
Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (Апельсин)	200	46	101	1,8	0,4	16,2
	напиток	г.п.	сок фруктовый	200	16	140	0,6	0,4	32,6
	сладкое	г.п.	Вафли	35	11,025	185	1,3	9,4	19,33
Итого					**73,025**	**426**	**3,7**	**10,2**	**68,13**
Ужин	закуска	93/27	Гуляш из отварной курицы	120/49	152,0835	198	22,5	19,9	7
			Филе куриное	220	146,3				
			лук реп.	18,7	1,0285				
			морковь	22,3	1,561				
			масло растительное	10	1,72				
			мука	5	0,21				
			томатна паста	4	1,264				
	гор.блюдо	129/36	Картофель отварной	180	6,66	132	3,5	3,8	25
			картофель	310	13,95				
			масло сливочное	4	5,512				
	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	269/53	чай с сахаром	200	6,6546	35	0,1	0,03	9,9
			чай	0,4	0,2896				
			Сахар	10	1,065				
			молоко	50	5,3				
Итого					**168,9581**	**541,02**	**31,46**	**24,55**	**78,65**
ужин 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					493,64	2965,9	113	80,63	413,42