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 22.10.2026г.
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	185/208	каша пшенная 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				
			Сахар	10	11,20				
	хлеб	1/9.	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 гренками	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	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 су	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				
			масло растительное	6	1,032				
	2 блюдо	124/146	фрикадельки из кур	100	48,6	245	12,5	15,7	11,1
	гарнир	165/188	каша рассыпчатая из гречне	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
	гор. Напиток	168/295	чай с сахаром	200	1,4064	35	0,1	0,03	9,9
			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

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

Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 лет проживающие			Отд./корп				День	Четверг 22.10.2026г
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	185/44	каша пшенная 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				
			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
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 сухс	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	каша рассыпчатая из гречневс	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				
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

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

Основное организованное меню

Школа	МБОУ Целинная ОШИ № 15 7-11 приходящие			Отд./корп				День	Четверг 22.10.2026г
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 гренками	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 куринной 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 22.10.2026г
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				
			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 гренками	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 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