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 05.11.2026г. |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 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 ОШ №15 Н.А. Делявская

# Основное организованное меню

| Школа | МБОУ Целинная ОШИ № 15<br>7-11 лет проживающие | | | Отд./корп | | | | День | Четверг 05.11.2026г |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 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 | ° | 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 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 | | | | |
| 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 05.11.2026г |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 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 05.11.2026г |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 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 |