

МАОУ СОШ №14 1-4 ДОВЗ 2 смена

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Обед

200/10	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне <i>капуста свежая, картофель свежий, тушка цыпленка-бройлера 1 сорт, сметана 20%, морковь свежая, лук репчатый, масло подсолнечное, петрушка сушеная, соль йодированная</i>	Калорийное-189, Белок-14, Жиры-8, углеводы-21
90	Зразы рубленые (свинина) <i>окорок б.к., лук репчатый, хлеб "крестьянский", сухари панировочные, яйцо куриное, масло подсолнечное</i>	Калорийное-135, Белок-14, Жиры-15, углеводы-22
150	Макаронные изделия отварные <i>макаронные изделия, масло сливочное ГОСТ 72,5%, соль йодированная</i>	Калорийное-303, Белок-7, Жиры-6, углеводы-22
200	Компот из свежих плодов <i>яблоки, сахар-песок</i>	Калорийное-196, Белок-1, углеводы-23
30	Хлеб пшеничный	Калорийное-72, Белок-2, Жиры-1, углеводы-14
30	Хлеб ржаной	Калорийное-64, Белок-1, Жиры-1, углеводы-15

Итого за Обед Калорийное-960, Белок-39, Жиры-31, углеводы-118

Полдник

75	Булочка с корицей <i>мука пшеничная в.с., сахар-песок, маргарин, сахарная пудра, маргарин "столовый", корица молотая, дрожжи хлебопекарные, соль йодированная, яйцо куриное</i>	Калорийное-169, Белок-4, Жиры-4, углеводы-29
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай чёрный</i>	Калорийное-93, углеводы-25

Итого за Полдник Калорийное-262, Белок-5, Жиры-4, углеводы-54

Итого за день Калорийное-1 222, Белок-44, Жиры-35, углеводы-172

Директор

Зав.
производством

256-08

МАОУ СОШ №14 1-4 ДОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Завтрак

10	Масло сливочное	Калорийное-66, Жиры-7
220/10	Каша пшеничная с маслом сливочным	Калорийное-530, Белок-27, Жиры-26, углеводы-110
	молоко, крупа пшено шлифованное, масло сливочное гост 72,5%, сахар-песок, соль йодированная	
200	Чай с сахаром	Калорийное-93, углеводы-25
	сахар-песок, чай чёрный	
30	Хлеб пшеничный	Калорийное-72, Белок-2, Жиры-1, углеводы-14
30	Хлеб ржаной	Калорийное-64, Белок-1, Жиры-1, углеводы-15

Итого за Завтрак Калорийное-826, Белок-31, Жиры-34, углеводы-164

Обед

200/10	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне	Калорийное-189, Белок-14, Жиры-8, углеводы-21
	капуста свежая, картофель свежий, тушка цыпленка-бройлера 1 сорт, сметана 20%, морковь свежая, лук репчатый, масло подсолнечное, петрушка сушёная, соль йодированная	
90	Зразы рубленые (свинина)	Калорийное-135, Белок-14, Жиры-15, углеводы-22
	окорок б к, лук репчатый, хлеб "крестьянский", сухари панировочные, яйцо куриное, масло подсолнечное	
150	Макаронные изделия отварные	Калорийное-303, Белок-7, Жиры-6, углеводы-22
	макаронные изделия, масло сливочное гост 72,5%, соль йодированная	
200	Компот из свежих плодов	Калорийное-196, Белок-1, углеводы-23
	яблоки, сахар-песок	
30	Хлеб пшеничный	Калорийное-72, Белок-2, Жиры-1, углеводы-14
30	Хлеб ржаной	Калорийное-64, Белок-1, Жиры-1, углеводы-15

Итого за Обед Калорийное-960, Белок-39, Жиры-31, углеводы-118

Итого за день Калорийное-1 785, Белок-70, Жиры-65, углеводы-282

Директор



Зав.

Производство



256-08

МАОУ СОШ №14 5-11 ДОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Завтрак

20	Масло сливочное	Калорийное-132, Жиры-14
250/10	Каша пшеничная с маслом сливочным молоко, крупа пшено шлифованное, масло сливочное гост 72,5%, сахар-песок, соль йодированная	Калорийное-600, Белок-30, Жиры-29, углеводы-124
200	Чай с сахаром сахар-песок, чай чёрный	Калорийное-93, углеводы-25
40	Хлеб пшеничный	Калорийное-96, Белок-3, Жиры-1, углеводы-19
30	Хлеб ржаной	Калорийное-64, Белок-1, Жиры-1, углеводы-15

Итого за Завтрак Калорийное-985, Белок-35, Жиры-45, углеводы-184

Обед

250/10	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне капуста свежая, картофель свежий, тушка цыпленка-бройлера 1 сорт, сметана 20%, морковь свежая, лук репчатый, масло подсолнечное, петрушка сушёная, соль йодированная	Калорийное-235, Белок-17, Жиры-10, углеводы-26
100	Зразы рубленые (свинина) окорок 0 к, лук репчатый, хлеб "крестьянский", сухари панировочные, яйцо куриное, масло подсолнечное	Калорийное-151, Белок-15, Жиры-17, углеводы-25
180	Макаронные изделия отварные макаронные изделия, масло сливочное гост 72,5%, соль йодированная	Калорийное-363, Белок-9, Жиры-7, углеводы-26
200	Компот из свежих плодов яблоки, сахар-песок	Калорийное-196, Белок-1, углеводы-23
30	Хлеб пшеничный	Калорийное-72, Белок-2, Жиры-1, углеводы-14
30	Хлеб ржаной	Калорийное-64, Белок-1, Жиры-1, углеводы-15

Итого за Обед Калорийное-1 080, Белок-45, Жиры-36, углеводы-130

Итого за день Калорийное-2 065, Белок-81, Жиры-81, углеводы-314

Директор



Зав.

Производством



300-96

09.09.2025 (вторник)

МАОУ СОШ №14 1-4 кл.

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Завтрак

250/10 **Каша вязкая пшениная с
маслом сливочным**

Калорийнос-346, Белок-11, Жиры-14, углеводы-51

молоко, крупа пшено илифированное, масло сливочное гост, сахар-песок, соль йодированная

200 **Кисель**

Калорийнос-156, Белок-1, углеводы-42

кисель плодово-ягодный, сахар-песок

120 **Фрукты свежие**

Калорийнос-157, Белок-1, Жиры-1, углеводы-33

30 **Хлеб пшеничный**

Калорийнос-72, Белок-2, Жиры-1, углеводы-14

30 **Хлеб ржаной**

Калорийнос-64, Белок-1, Жиры-1, углеводы-15

Итого за Завтрак Калорийнос-778, Белок-17, Жиры-16, углеводы-144**Итого за день** Калорийнос-778, Белок-17, Жиры-16, углеводы-153

106-48

Директор



Зав.

производство



09.09.2025 (вторник)

МАОУ СОШ №14 1-4 кл.

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Обед

200 **Суп картофельный с
бобовыми**

Калорийнос-173, Белок-4, Жиры-7, углеводы-53

стиска ц бр, охл., картофель свежий, горох колотый, морковь свежая, лук репчатый, масло сливочное гост, петрушка сушеная

20 **Гренки из пшеничного хлеба**

Калорийнос-74, Белок-2, углеводы-15

90 **Биточки (свинина)**

Калорийнос-320, Белок-12, Жиры-23, углеводы-24

ококор б.к, лук репчатый, хлеб "крестьянский", молоко, масло подсолнечное

150 **Каша гречневая рассыпчатая**

Калорийнос-205, Белок-9, Жиры-10, углеводы-33

крупа гречневая, масло сливочное гост, соль йодированная

200 **Чай с сахаром**

Калорийнос-93, углеводы-25

сахар-песок, чай чёрный

30 **Хлеб пшеничный**

Калорийнос-72, Белок-2, Жиры-1, углеводы-14

30 **Хлеб ржаной**

Калорийнос-64, Белок-1, Жиры-1, углеводы-15

Итого за Обед Калорийнос-1 001, Белок-32, Жиры-42, углеводы-179**Итого за день** Калорийнос-1 001, Белок-32, Жиры-42, углеводы-179

106-48

Директор



Зав.

производство



09.09.2025 (вторник)

МАОУ СОШ №14 5-11 кл.

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Завтрак

100	Биточки (свинина) <i>окорок б.к., лук репчатый, хлеб "крестьянский", молоко, масло подсолнечное</i>	Калорийнос-356, Белок-14, Жиры-25, углеводы-26
180	Каша гречневая рассыпчатая <i>крупа гречневая, масло сливочное гост, соль йодированная</i>	Калорийнос-246, Белок-11, Жиры-12, углеводы-39
200	Кисель <i>кисель плодово-ягодный, сахар-песок</i>	Калорийнос-156, Белок-1, углеводы-42
40	Хлеб пшеничный	Калорийнос-96, Белок-3, Жиры-1, углеводы-19
30	Хлеб ржаной	Калорийнос-64, Белок-1, Жиры-1, углеводы-15

Итого за Завтрак Калорийнос-918, Белок-30, Жиры-39, углеводы-141

Итого за день Калорийнос-894, Белок-29, Жиры-30, углеводы-141

Директор

Зав.
производством

Директор



124-96

09.09.2025 (вторник)

МАОУ СОШ №14 5-11 кл. б/глутеновая диета

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Завтрак

100	Биточки (свинина) <i>окорок б.к., лук репчатый, хлеб "крестьянский", молоко, масло подсолнечное</i>	Калорийнос-356, Белок-14, Жиры-25, углеводы-26
180	Каша гречневая рассыпчатая <i>крупа гречневая, масло сливочное гост, соль йодированная</i>	Калорийнос-246, Белок-11, Жиры-12, углеводы-39
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай чёрный</i>	Калорийнос-93, углеводы-25
70	Хлебцы из кукурузной или рисовой муки	Калорийнос-141, Белок-5, Жиры-1, углеводы-29

Итого за Обед Калорийнос-836, Белок-29, Жиры-38, углеводы-120

Итого за день Калорийнос-836, Белок-29, Жиры-38, углеводы-120

Директор

Зав.
производством

124-96

МАОУ СОШ №14 1-4 ДОВЗ 2 смена

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Обед

200	Суп картофельный с бобовыми <i>картофель свежий, горох колотый, тушка цыпленка-бройлера I сорт, морковь свежая, лук репчатый, масло подсолнечное, петрушка сушеная</i>	Калорийное-173, Белок-4, Жиры-7, углеводы-53
20	Гренки из пшеничного хлеба	Калорийное-49, Белок-2, углеводы-10
90	Биточки (свинина) <i>окорок б.к., лук репчатый, хлеб "крестьянский", молоко, масло подсолнечное</i>	Калорийное-320, Белок-12, Жиры-23, углеводы-24
150	Каша гречневая рассыпчатая <i>крупа гречневая, масло сливочное ГОСТ 72,5%, соль йодированная</i>	Калорийное-205, Белок-9, Жиры-10, углеводы-33
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай чёрный</i>	Калорийное-93, углеводы-25
30	Хлеб пшеничный	Калорийное-72, Белок-2, Жиры-1, углеводы-14
30	Хлеб ржаной	Калорийное-64, Белок-1, Жиры-1, углеводы-15

Итого за Обед Калорийное-977, Белок-31, Жиры-42, углеводы-174

Полдник

75	Булочка домашняя <i>мука пшеничная в.с., маргарин, сахар-песок, яйцо куриное, дрожжи хлебопекарные, соль йодированная</i>	Калорийное-180, Белок-6, Жиры-7, углеводы-26
200	Кисель <i>кисель плодово-ягодный, сахар-песок</i>	Калорийное-156, Белок-1, углеводы-42

Итого за Полдник Калорийное-336, Белок-7, Жиры-7, углеводы-68

Итого за день Калорийное-1313, Белок-38, Жиры-48, углеводы-242

Директор



Зав.

производством



256-08

МАОУ СОШ №14 1-4 ДОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Завтрак

200	Фрукты свежие	Калорийное-157, Белок-1, Жиры-1, углеводы-33
200/10	Каша вязкая пшениная с маслом сливочным молоко, крупа пшено шлифованное, масло сливочное гост 72,5%, сахар-песок, соль йодированная	Калорийное-257, Белок-9, Жиры-11, углеводы-39
200	Кисель кисель плодово-ягодный, сахар-песок	Калорийное-156, Белок-1, углеводы-42
30	Хлеб пшеничный	Калорийное-72, Белок-2, Жиры-1, углеводы-14
30	Хлеб ржаной	Калорийное-64, Белок-1, Жиры-1, углеводы-15
Итого за Завтрак		Калорийное-715, Белок-15, Жиры-13, углеводы-143

Обед

200	Суп картофельный с бобовыми картофель свежий, горох колотый, тушка цыпленка-бройлера 1 сорт, морковь свежая, лук репчатый, масло подсолнечное, петрушка сушеная	Калорийное-173, Белок-4, Жиры-7, углеводы-53
20	Гренки из пшеничного хлеба	Калорийное-49, Белок-2, углеводы-10
90	Биточки (свинина) окорок б.к., лук репчатый, хлеб "крестьянский", молоко, масло подсолнечное	Калорийное-320, Белок-12, Жиры-23, углеводы-24
150	Каша гречневая рассыпчатая крупа гречневая, масло сливочное гост 72,5%, соль йодированная	Калорийное-205, Белок-9, Жиры-10, углеводы-33
200	Чай с сахаром сахар-песок, чай чёрный	Калорийное-93, углеводы-25
30	Хлеб пшеничный	Калорийное-72, Белок-2, Жиры-1, углеводы-14
30	Хлеб ржаной	Калорийное-64, Белок-1, Жиры-1, углеводы-15

Итого за Обед Калорийное-970, Белок-31, Жиры-42, углеводы-172**Итого за день** Калорийное-1 685, Белок-46, Жиры-55, углеводы-315

Директор

Зав.
производством _____

256-08

МАОУ СОШ №14 5-11 ДОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Завтрак

20	Сыр твердый	Калорийное-75, Белок-5, Жиры-6
250/10	Каша вязкая пшениная с маслом сливочным молоко, крупа пшено шлифованное, масло сливочное ГОСТ 72,5%, сахар-песок, соль йодированная	Калорийное-329, Белок-11, Жиры-13, углеводы-49
200	Кисель кисель плодово-ягодный, сахар-песок	Калорийное-156, Белок-1, углеводы-42
40	Хлеб пшеничный	Калорийное-96, Белок-3, Жиры-1, углеводы-19
30	Хлеб ржаной	Калорийное-64, Белок-1, Жиры-1, углеводы-15

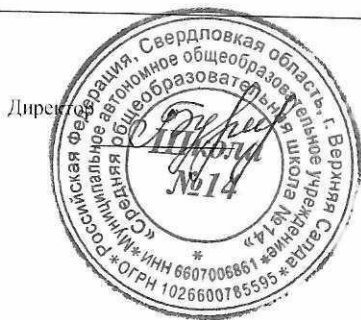
Итого за Завтрак Калорийное-721, Белок-21, Жиры-21, углеводы-125

Обед

250	Суп картофельный с бобовыми картофель свежий, горох колотый, тушка цыпленка-бройлера 1 сорт, морковь свежая, лук репчатый, масло подсолнечное, петрушка сушеная	Калорийное-216, Белок-6, Жиры-9, углеводы-66
20	Гренки из пшеничного хлеба	Калорийное-49, Белок-2, углеводы-10
100	Биточки (свинина) окорок б.к., лук репчатый, хлеб "крестьянский", молоко, масло подсолнечное	Калорийное-356, Белок-14, Жиры-25, углеводы-26
180	Каша гречневая рассыпчатая крупа гречневая, масло сливочное ГОСТ 72,5%, соль йодированная	Калорийное-246, Белок-11, Жиры-12, углеводы-39
200	Чай с сахаром сахар-песок, чай черный	Калорийное-93, углеводы-25
30	Хлеб пшеничный	Калорийное-72, Белок-2, Жиры-1, углеводы-14
30	Хлеб ржаной	Калорийное-64, Белок-1, Жиры-1, углеводы-15

Итого за Обед Калорийное-1 096, Белок-36, Жиры-48, углеводы-196

Итого за день Калорийное-1 817, Белок-57, Жиры-69, углеводы-321



Директор

Зав.
производством

300-96

10.09.2025 (среда)

МАОУ СОШ №14 1-4 кл.

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Завтрак

30	Повидло	Калорийное-114, углеводы-24
	Каша вязкая молочная	
200/10	"Дружба" с маслом сливочным	Калорийное-312, Белок-14, Жиры-16, углеводы-34
	молоко, крупа пшено шлифованное, крупа рис, масло сливочное гост 72,5%, сахар-песок, соль йодированная	
200	Чай с сахаром	Калорийное-93, углеводы-25
	сахар-песок, чай чёрный	
30	Хлеб пшеничный	Калорийное-72, Белок-2, Жиры-1, углеводы-14
30	Хлеб ржаной	Калорийное-64, Белок-1, Жиры-1, углеводы-15

Итого за Завтрак

Калорийное-655, Белок-19, Жиры-17, углеводы-112

Итого за день

Калорийное-655, Белок-19, Жиры-17, углеводы-112

Директор

Зав.
производством

106-48

10.09.2025 (среда)

МАОУ СОШ №14 1-4 кл.

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Обед 2 смена

200	Рассольник ленинградский на курином бульоне	Калорийное-73, Белок-7, Жиры-4, углеводы-18
	картофель свежий, ошпаренный, морковь свежая, крупа перловая, лук репчатый, масло сливочное гост, соль йодированная	
240	Плов из бройлеров-цыплят	Калорийное-540, Белок-17, Жиры-23, углеводы-62
	тушка цыпленка-бройлера 1 сорт, крупа рис, морковь свежая, томатная паста "кухмистер", лук репчатый, масло подсолнечное, соль йодированная	
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийное-108
	смесь колотая, сахар-песок	
30	Хлеб пшеничный	Калорийное-72, Белок-2, Жиры-1, углеводы-14
30	Хлеб ржаной	Калорийное-64, Белок-1, Жиры-1, углеводы-15

Итого за Обед 2 смена

Калорийное-857, Белок-28, Жиры-29, углеводы-109

Итого за день

Калорийное-857, Белок-28, Жиры-29, углеводы-109

Директор

Зав.
производством

106-48

10.09.2025 (среда)

МАОУ СОШ №14 5-11 кл.

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Завтрак

- 280 **Плов из бройлеров-цыплят** Калорийнос-630, Белок-20, Жиры-27, углеводы-72
тушка цыпленка-бройлера 1 сорт, крупа рис, морковь свежая, томатная паста "кухмастер", лук репчатый, масло
подсолнечное, соль йодированная
- 200 **Компот из смеси сухофруктов** Калорийнос-108
смесь компотная, сахар-песок
- 40 **Хлеб пшеничный** Калорийнос-96, Белок-3, Жиры-1, углеводы-19
- 30 **Хлеб ржаной** Калорийнос-64, Белок-1, Жиры-1, углеводы-15

Итого за Завтрак Калорийнос-898, Белок-25, Жиры-29, углеводы-104

Итого за день Калорийнос-898, Белок-24, Жиры-28, углеводы-104

Директор



Зав.

производством

Директор



124-96

10.09.2025 (среда)

МАОУ СОШ №14 5-11 кл. б/глютеновая диета

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Завтрак

- 280 **Плов из бройлеров-цыплят** Калорийнос-630, Белок-20, Жиры-27, углеводы-72
тушка цыпленка-бройлера 1 сорт, крупа рис, морковь свежая, томатная паста "кухмастер", лук репчатый, масло
подсолнечное, соль йодированная
- 200 **Компот из смеси сухофруктов** Калорийнос-108
смесь компотная, сахар-песок
- 70 **Хлебцы из кукурузной или
рисовой муки** Калорийнос-141, Белок-5, Жиры-1, углеводы-29

Итого за Обед Калорийнос-879, Белок-25, Жиры-28, углеводы-101

Итого за день Калорийнос-879, Белок-25, Жиры-28, углеводы-101

Директор



Зав.

производством

Директор



124-96

МАОУ СОШ №14 1-4 ДОВЗ 2 смена

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Обед

- 200 **Рассольник ленинградский на курином бульоне** Калорийнос-73, Белок-7, Жиры-4, углеводы-18
картофель свежий, огурцы консерв., морковь свежая, крупа перловая, лук репчатый, масло подсолнечное, соль йодированная
- 240 **Плов из бройлеров-цыплят** Калорийнос-540, Белок-17, Жиры-23, углеводы-62
тушка цыпленка-бройлера 1 сорт, крупа рис, морковь свежая, томатная паста "кухмастер", лук репчатый, масло подсолнечное, соль йодированная
- 200 **Компот из смеси сухофруктов** Калорийнос-108
смесь компотная, сахар-песок
- 30 **Хлеб пшеничный** Калорийнос-72, Белок-2, Жиры-1, углеводы-14
- 30 **Хлеб ржаной** Калорийнос-64, Белок-1, Жиры-1, углеводы-15

Итого за Обед Калорийнос-857, Белок-28, Жиры-29, углеводы-109

Полдник

- 75 **Булочка с маком** Калорийнос-219, Белок-9, Жиры-10, углеводы-30
мука пшеничная в/с, молоко, сахар-песок, мак, маргарин, дрожжи хлебопекарные, ванильный сахар, яйцо куриное, соль йодированная
- 200 **Чай с сахаром** Калорийнос-93, углеводы-25
сахар-песок, чай чёрный

Итого за Полдник Калорийнос-312, Белок-10, Жиры-10, углеводы-55

Итого за день Калорийнос-1170, Белок-38, Жиры-38, углеводы-163

Директор

Зав.
производством

Директор



256-08

10.09.2025 (среда)

МАОУ СОШ №14 5-11 ДОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Завтрак

30 Повидло

Калорийнос-114, углеводы-24

Каша вязкая молочная

250/10 "Дружба" с маслом

Калорийнос-386, Белок-18, Жиры-20, углеводы-42

сливочным

молоко, крупа пшено шлифованное, крупа рис, масло сливочное гост 72.5%, сахар-песок, соль йодированная

200 Чай с сахаром

Калорийнос-93, углеводы-25

сахар-песок, чай чёрный

30 Хлеб пшеничный

Калорийнос-72, Белок-2, Жиры-1, углеводы-14

30 Хлеб ржаной

Калорийнос-64, Белок-1, Жиры-1, углеводы-15

Итого за Завтрак Калорийное-729, Белок-22, Жиры-21, углеводы-120

Обед

250 *Рассольник ленинградский на курином бульоне*

Калорийнос-92, Белок-9, Жиры-5, углеводы-22

картофель свежий, огульцы консерв., морковь свежая, крупа перловая, лук репчатый, масло подсолнечное, соль йодированная

280 *Плов из бройлеров-цыплят*

Калорийнос-630, Белок-20, Жиры-27, углеводы-72

тушка цыпленка-бройлера 1 сорт, крупа рис, морковь свежая, томатная паста "кухмистер", лук репчатый, масло подсолнечное, соль йодированная

200 *Компот из смеси сухофруктов* Калорийность-108

смесь компотная, сахар-песок

40 Хлеб пшеничный

Калорийнос-96, Белок-3, Жиры-1, углеводы-19

30 *Хлеб ржаной*

Калорийнос-64, Белок-1, Жиры-1, углеводы-15

Итого за Обед Калорийнос-990, Белок-34, Жиры-34, углеводы-128

Итого за день Калорийное-1 719, Белок-56, Жиры-55, углеводы-249



Зав.

производством

Директ



300-96

МАОУ СОШ №14 1-4 кл.

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Завтрак

90	Тефтели 2 вариант (свинина) <i>окорок б.к., лук репчатый, масло подсолнечное, крупа рис., мука пшеничная в.с., яйцо куриное</i>	Калорийнос-233, Белок-7, Жиры-16, углеводы-12
150	Пюре картофельное <i>картофель свежий, молоко, масло сливочное гост, соль йодированная</i>	Калорийнос-205, Белок-9, Жиры-10, углеводы-33
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай чёрный</i>	Калорийнос-93, углеводы-25
30	Хлеб пшеничный	Калорийнос-156, Белок-1, Жиры-1, углеводы-42
30	Хлеб ржаной	Калорийнос-64, Белок-1, Жиры-1, углеводы-15

Итого за Завтрак Калорийнос-715, Белок-15, Жиры-24, углеводы-116

Итого за день Калорийнос-715, Белок-15, Жиры-24, углеводы-116

106-48

Директор

Зав.
производством

МАОУ СОШ №14 1-4 кл.

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Обед 2 смена

Борщ с капустой,		
200/10	картофелем на курином бульоне <i>тушка цыпленка-бройлера 1 сорт, свекла свежая, капуста свежая, картофель свежий, морковь свежая, лук репчатый, томатная паста "кухмастер", масло подсолнечное, сметана 20%, петрушка сушёная, сахар-песок, соль йодированная</i>	Калорийнос-231, Белок-19, Жиры-35, углеводы-63
90	Тефтели 2 вариант (свинина) <i>окорок б.к., лук репчатый, масло подсолнечное, крупа рис., мука пшеничная в.с., яйцо куриное</i>	Калорийнос-233, Белок-7, Жиры-16, углеводы-12
150	Пюре картофельное <i>картофель свежий, молоко, масло сливочное гост, соль йодированная</i>	Калорийнос-228, Белок-3, Жиры-5, углеводы-49
200	Кисель <i>кисель плодово-ягодный, сахар-песок</i>	Калорийнос-156, Белок-1, углеводы-42
30	Хлеб пшеничный	Калорийнос-72, Белок-2, Жиры-1, углеводы-14
30	Хлеб ржаной	Калорийнос-64, Белок-1, Жиры-1, углеводы-15

Итого за Обед 2 смена Калорийнос-984, Белок-34, Жиры-58, углеводы-195

Итого за день Калорийнос-984, Белок-34, Жиры-58, углеводы-195

106-48

Директор

Зав.
производством

Директор



11.09.2025 (четверг)

МАОУ СОШ №14 5-11 кл.

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Завтрак

100	Тефтели 2 вариант (свинина) <i>окорок б.к. лук репчатый, масло подсолнечное, крупа рис., мука пшеничная в.с. яйцо куриное</i>	Калорийнос-288, Белок-8, Жиры-20, углеводы-14
180	Пюре картофельное <i>картофель свежий, молоко, масло сливочное ГОСТ, соль йодированная</i>	Калорийнос-273, Белок-4, Жиры-6, углеводы-59
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай чёрный</i>	Калорийнос-93, углеводы-25
40	Хлеб пшеничный	Калорийнос-96, Белок-3, Жиры-1, углеводы-19
30	Хлеб ржаной	Калорийнос-64, Белок-1, Жиры-1, углеводы-15

Итого за Завтрак Калорийнос-814, Белок-17, Жиры-28, углеводы-132

Итого за день Калорийнос-814, Белок-17, Жиры-28, углеводы-132

Директор

Зав.
производством

Директор



11.09.2025 (четверг)

МАОУ СОШ №14 5-11 кл. б/глютенная диета

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Завтрак

280	Азу по-татарски (свинина) <i>картофель свежий, окорок б.к. лук репчатый, огурцы консерв., томатная паста "кухмаштер", масло подсолнечное, морковь свежая, чеснок свежий, мука пшеничная в.с. соль йодированная</i>	Калорийнос-422, Белок-18, Жиры-10, углеводы-40, углеводы-29
200	Кисель <i>кисель плодово-ягодный, сахар-песок</i>	Калорийнос-156, Белок-1, углеводы-42
70	Хлебцы из кукурузной или рисовой муки	Калорийнос-141, Белок-5, Жиры-1, углеводы-29

Итого за Обед Калорийнос-719, Белок-24, Жиры-11, углеводы-140

Итого за день Калорийнос-719, Белок-24, Жиры-11, углеводы-140

Директор

Зав.
производством

Директор



Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Жирные-70 17.06.2010 110

Директор

Общество с ограниченной ответственностью
«Восход-НТ»

ИНН 6623110362 ОГРН 1156623003129

256-08

11.09.2025 (четверг)

МАОУ СОШ №14 1-4 ДОВЗ 2 смена

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Обед

*Борщ с капустой,
200/10 картофелем на курином
бульоне*

Калорийнос-231, Белок-19, Жиры-35, углеводы-63

тушка цыплёнка-бройлера 1 сорт, свекла свежая, капуста свежая, картофель свежий, морковь свежая, лук репчатый, томатная паста "кухмистер", масло подсолнечное, сметана 20%, петрушка сушёная, сахар-песок, соль йодированная, уксусная кислота 70 %

240 *Азу по-татарски (свинина)*

Калорийнос-362, Белок-16, Жиры-9, углеводы-35, углеводы-25

картофель свежий, окорок о.к., лук репчатый, ошпаренные консерв., томатная паста "кухмастер", масло подсолнечное, морковь свежая, чеснок свежий, мука пшеничная в с, соль поваренная

200 *Кисель*

Калорийнос-156, Белок-1, углеводы-42

кисель плодово-ягодный, сахар-песок

30 Хлеб пшеничный

Калорийнос-72, Белок-2, Жиры-1, углеводы-14

30 *Хлеб ржаной*

Калорийнос-64, Белок-1, Жиры-1, углеводы-15

Итого за Обед

Калорийнос-886, Белок-39, Жиры-45, углеводы-194

Полдник

100 Гребешок с повидлом

Калорийное-290, Белок-11, Жиры-12, углеводы-37

мука пшеничная в с. пovidло фруктовое, сахар-песок, маргарин, маргарин "столовый", ванильный сахар, дрожжи хлебопекарные, соль йодированная, яйцо куриное

200 Чай с сахаром

Калорийнос-93, углеводы-25

сахар-песок, чай чёрный

Итого за Полдник

Калорийное-383, Белок-12, Жиры-12, углеводы-62

Итого за день

Калорийнос-1 268, Белок-51, Жиры-57, углеводы-255

Директор



Зав

производством

Директор



256-08

МАОУ СОШ №14 5-11 ДОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Завтрак

100 **Тефтели 2 вариант (свинина)** Калорийное-288, Белок-9, Жиры-20, углеводы-14
 окорок б.к. лук репчатый, масло подсолнечное, крупа рис., мука пшеничная в.с

180 **Пюре картофельное** Калорийное-273, Белок-4, Жиры-6, углеводы-59
 картофель свежий, молоко, масло сливочное ГОСТ 72.5%, соль йодированная

200 **Чай с сахаром** Калорийное-93, углеводы-25
 сахар-песок, чай чёрный

40 **Хлеб пшеничный** Калорийное-96, Белок-3, Жиры-1, углеводы-19

30 **Хлеб ржаной** Калорийное-64, Белок-1, Жиры-1, углеводы-15

Итого за Завтрак Калорийное-814, Белок-17, Жиры-28, углеводы-132

Обед

Борщ с капустой,
 250/10 **картофелем на курином** Калорийное-287, Белок-23, Жиры-43, углеводы-78
бульоне

тушка цыпленка-бройлера 1 сорт, свекла свежая, капуста свежая, картофель свежий, морковь свежая, лук репчатый, томатная паста "кухмастер", масло подсолнечное, сметана 20%, петрушка сушёная, сахар-песок, соль йодированная

280 **Азу по-татарски (свинина)** Калорийное-422, Белок-18, Жиры-10, углеводы-40, углеводы-29
 картофель свежий, окорок б.к. лук репчатый, огуцы консерв., томатная паста "кухмастер", масло подсолнечное, морковь свежая, чеснок свежий, мука пшеничная в.с, соль йодированная

200 **Кисель** Калорийное-156, Белок-1, углеводы-42
 кисель плодово-ягодный, сахар-песок

30 **Хлеб пшеничный** Калорийное-72, Белок-2, Жиры-1, углеводы-14

30 **Хлеб ржаной** Калорийное-64, Белок-1, Жиры-1, углеводы-15

Итого за Обед Калорийное-1 001, Белок-46, Жиры-55, углеводы-219

Итого за день Калорийное-1 815, Белок-64, Жиры-83, углеводы-351

Директор



Зав.
производством _____



300-96

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Обед</u>		
100	Зразы рубленые (свинина)	Калорийнос-151, Белок-15, Жиры-17, углеводы-25
180	Макаронные изделия отварные	Калорийнос-272, Белок-7, Жиры-5, углеводы-20
200	Соки фруктовые	Калорийнос-92, Белок-1, углеводы-24
30	Хлеб пшеничный	Калорийнос-72, Белок-2, Жиры-1, углеводы-14
30	Хлеб ржаной	Калорийнос-64, Белок-1, Жиры-1, углеводы-15
100	Булочка с корицей	Калорийнос-221, Белок-6, Жиры-5, углеводы-38
Итого за Обед		Калорийнос-872, Белок-32, Жиры-28, углеводы-137

ООО «Восход-НТ»

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Обед</u>		
100	Биточки (свинина)	Калорийнос-356, Белок-14, Жиры-25, углеводы-26
180	Каша гречневая рассыпчатая	Калорийнос-246, Белок-11, Жиры-12, углеводы-39
200	Чай с сахаром	Калорийнос-93, углеводы-25
30	Хлеб пшеничный	Калорийнос-72, Белок-2, Жиры-1, углеводы-14
30	Хлеб ржаной	Калорийнос-64, Белок-1, Жиры-1, углеводы-15
100	Булочка домашняя	Калорийнос-252, Белок-8, Жиры-10, углеводы-36
Итого за Обед		Калорийнос-1 083, Белок-37, Жиры-48, углеводы-157

ООО "Восход-НТ"

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Обед</u>		
250	Плов из бройлеров-цыплят	Калорийнос-630, Белок-21, Жиры-27, углеводы-72
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийнос-108
30	Хлеб пшеничный	Калорийнос-72, Белок-2, Жиры-1, углеводы-14
30	Хлеб ржаной	Калорийнос-64, Белок-1, Жиры-1, углеводы-15
100	Булочка с маком	Калорийнос-292, Белок-12, Жиры-13, углеводы-39
Итого за Обед		Калорийность-879, Белок-25, Жиры-28, углеводы-101

ООО "Восход-НТ"

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Обед</u>		
280	Азу по-татарски (свинина)	Калорийнос-422, Белок-18, Жиры-10, углеводы-40, углеводы-29
200	Кисель	Калорийнос-156, Белок-1, углеводы-42
30	Хлеб пшеничный	Калорийнос-72, Белок-2, Жиры-1, углеводы-14
30	Хлеб ржаной	Калорийнос-64, Белок-1, Жиры-1, углеводы-15
75	Гребешок с повидлом	Калорийнос-220, Белок-9, Жиры-9, углеводы-28
Итого за Обед		Калорийнос-935, Белок-32, Жиры-21, углеводы-168

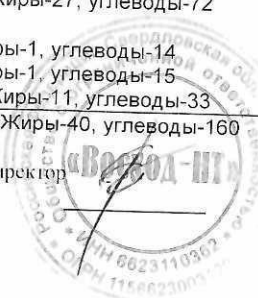
ООО "Восход-НТ"

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Обед</u>		
280	Каша Царская с курой	Калорийнос-630, Белок-20, Жиры-27, углеводы-72
200	Чай с сахаром	Калорийнос-93, углеводы-25
30	Хлеб пшеничный	Калорийнос-72, Белок-2, Жиры-1, углеводы-14
30	Хлеб ржаной	Калорийнос-64, Белок-1, Жиры-1, углеводы-15
100	Булочка с корицей	Калорийнос-264, Белок-10, Жиры-11, углеводы-33
Итого за Обед		Калорийнос-1 123, Белок-34, Жиры-40, углеводы-160

Директор

Зав.
производством

Директор



08.09.2025 (понедельник)

ООО "Восход-НТ"

09.09.2025 (вторник)

ООО "Восход-НТ"

10.09.2025 (среда)

ООО "Восход-НТ"

11.09.2025 (четверг)

ООО "Восход-НТ"

12.09.2025 (пятница)

Директо

Зав.
производством

Директор

