

20.04.2026 (понедельник)

МАОУ СОШ №14 1-4 кл.

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

Завтрак

200/10	Каша вязкая пшениная с маслом сливочным <i>молоко, крупа пшено ишлифованное, масло сливочное гост, сахар-песок, соль йодированная</i>	Калорийнос-266, Белок-9, Жиры-11, углеводы-39
200	Кисель <i>кисель плодово-ягодный, сахар-песок</i>	Калорийнос-156, Белок-1, углеводы-42
20	Повидло	Калорийнос-76, углеводы-16
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-658, Белок-14, Жиры-12, углеводы-131**Итого за день** Калорийнос-658, Белок-14, Жиры-12, углеводы-131

Директор

Зав.
производством _____

Директор



92-46

20.04.2026 (понедельник)

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 <i>степка ц бр. охл., картофель свежий, горох колотый, морковь свежая, лук репчатый, масло сливочное гост, петрушка сушёная</i>	Калорийнос-173, Белок-4, Жиры-7, углеводы-53
20	Гренки из пшеничного хлеба	Калорийнос-74, Белок-2, углеводы-15
70/30	Биточки (свинина) с соусом <i>окорок б к, лук репчатый, хлеб "крестьянский", молоко, масло подсолнечное</i>	Калорийнос-194, Белок-12, Жиры-13, углеводы-8
150	Каша гречневая рассыпчатая <i>крупа гречневая, 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-72, Белок-2, Жиры-1, углеводы-14
30	Хлеб ржаной	Калорийнос-64, Белок-1, Жиры-1, углеводы-15

Итого за Обед Калорийнос-844, Белок-32, Жиры-32, углеводы-156**Итого за день** Калорийнос-844, Белок-32, Жиры-32, углеводы-156

Директор

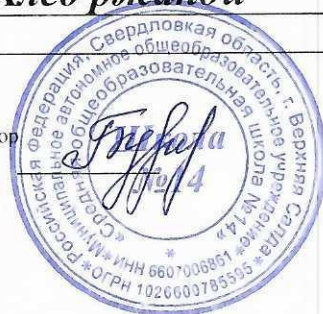
Зав.
производством _____

129-72

МАОУ СОШ №14 5-11 кл.

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
30	Повидло	Калорийнос-114, углеводы-24	
250/10	Каша вязкая пшениная с маслом сливочным <i>молоко, крупа пшено шлифованное, масло сливочное гост 72.5%, сахар-песок, соль йодированная</i>	Калорийнос-329, Белок-11, Жиры-13, 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 Завтрак Калорийнос-736, Белок-16, Жиры-15, углеводы-144	
		Итого за день Калорийнос-736, Белок-16, Жиры-15, углеводы-144	109-71

Директор

Зав.
производством _____

Директор



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

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
80/50	Шницель из свинины с соусом <i>Окорок б.к, лук репчатый, мука пшеничная, соль йодирован.</i>	Калорийнос-242, Белок-14, Жиры-25, углеводы-26
180	Каша гречневая вязкая <i>Крупа гречневая, масло сливочное гост 72.5%, 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-722, Белок-30, Жиры-38, углеводы-119
		Итого за день Калорийнос-722, Белок-30, Жиры-38, углеводы-119

Директор

Зав.
производством _____

Директор



109-71

МАОУ СОШ №14 1-4 ДОВЗ 2 смена

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Обед</u>		
200	Суп картофельный с бобовыми <i>картофель свежий, горох колотый, тушка цыпленка-бройлера 1 сорт, морковь свежая, лук репчатый, масло подсолнечное, петрушка сушёная</i>	Калорийнос-173, Белок-4, Жиры-7, углеводы-53
20	Гренки из пшеничного хлеба	Калорийнос-49, Белок-2, углеводы-10
70/30	Биточки (свинина)с соусом <i>окорок б.к., лук репчатый, хлеб "крестьянский", молоко, масло подсолнечное</i>	Калорийнос-194, Белок-12, Жиры-13, углеводы-8
150	Каша гречневая рассыпчатая <i>крупа гречневая, масло сливочное гост 72.5%, 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-72, Белок-2, Жиры-1, углеводы-14
30	Хлеб ржаной	Калорийнос-64, Белок-1, Жиры-1, углеводы-15
Итого за Обед		Калорийнос-844, Белок-31, Жиры-31, углеводы-156
<u>Полдник</u>		
75	Булочка домашняя <i>мука пшеничная в.с, маргарин, сахар-песок, яйцо куриное, дрожжи хлебопекарные, соль йодированная</i>	Калорийнос-180, Белок-6, Жиры-7, углеводы-26
200	Кисель <i>кисель плодово-ягодный, сахар-песок</i>	Калорийнос-156, Белок-1, углеводы-42
Итого за Полдник		Калорийнос-336, Белок-7, Жиры-7, углеводы-68
Итого за день		Калорийнос-1 180, Белок-38, Жиры-38, углеводы-224

Директор

Зав.
производством _____

Директор



МАОУ СОШ №14 5-11 ДОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
30	Повидло	Калорийнос-114, углеводы-24
250/10	Каша вязкая пшеничная с маслом сливочным <i>молоко, крупа пшеница шлифованная, масло сливочное гост 72.5%, сахар-песок, соль йодированная</i>	Калорийнос-329, Белок-11, Жиры-13, 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 Завтрак		Калорийнос-736, Белок-16, Жиры-15, углеводы-144
<u>Обед</u>		
250	Суп картофельный с бобовыми <i>картофель свежий, горох колотый, тушка цыпленка-бройлера 1 сорт, морковь свежая, лук репчатый, масло подсолнечное</i>	Калорийнос-216, Белок-6, Жиры-9, углеводы-66
20	Гренки из пшеничного хлеба	Калорийнос-49, Белок-2, углеводы-10
80/50	Шницель из свинины с соусом <i>окорок б к, сухари панирочные, масло сливочное гост 72.5%, яйцо куриное, мука пшеничная в с, морковь свежая, томатная паста "кухмистер", соль йодированная, лук репчатый, сахар-песок</i>	Калорийнос-210, Белок-12, Жиры-22, углеводы-23
150	Каша гречневая рассыпчатая <i>крупа гречневая, масло сливочное гост 72.5%, соль йодированная</i>	Калорийнос-205, Белок-9, Жиры-10, углеводы-33
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай чёрный</i>	Калорийнос-87, углеводы-23
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-903, Белок-32, Жиры-43, углеводы-183
Итого за день		Калорийнос-1 639, Белок-48, Жиры-58, углеводы-327

Директор

Зав.
производством _____

Директор



62-81

МАОУ СОШ №14 1-4 ДОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
20	Повидло	Калорийнос-76, углеводы-16
200/10	Каша вязкая пшениная с маслом сливочным <i>молоко, крупа пшено шлифованное, масло сливочное гост 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</i>	Калорийнос-266, Белок-9, Жиры-11, углеводы-39
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 Завтрак		Калорийнос-658, Белок-14, Жиры-12, углеводы-131
<u>Обед</u>		
200	Суп картофельный с бобовыми <i>картофель свежий, горох колотый, тушка цыпленка-бройлера 1 сорт, морковь свежая, лук репчатый, масло подсолнечное, петрушка сушёная</i>	Калорийнос-173, Белок-4, Жиры-7, углеводы-53
20	Гренки из пшеничного хлеба	Калорийнос-49, Белок-2, углеводы-10
70/30	Биточки (свинина) с соусом <i>окорок б к, лук репчатый, хлеб "крестьянский", молоко, масло подсолнечное</i>	Калорийнос-194, Белок-12, Жиры-13, углеводы-8
150	Каша гречневая рассыпчатая <i>крупа гречневая, масло сливочное гост 72,5%, 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-72, Белок-2, Жиры-1, углеводы-14
30	Хлеб ржаной	Калорийнос-64, Белок-1, Жиры-1, углеводы-15
Итого за Обед		Калорийнос-844, Белок-31, Жиры-31, углеводы-156
Итого за день		Калорийнос-1 502, Белок-45, Жиры-43, углеводы-287

Директор

Зав.
производством _____

Директор



22-18

МАОУ СОШ №14 1-4 кл.

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
10	Масло сливочное	Калорийное-75, Белок-0,5, Жиры-8
220/10	Каша пшеничная с маслом сливочным <i>макаронные изделия, масло сливочное гост 72,5%, соль йодированная</i>	Калорийное-530, Белок-27, Жиры-626 углеводы-110
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 Завтрак		Калорийное-828, Белок-35, Жиры-23, углеводы-163
Итого за день		Калорийное-828, Белок-35, Жиры-23, углеводы-163

Директор



ООО "Восход-НТ"

Зав.
производством _____

Директор



92-46

21.04.2026 (вторник)

МАОУ СОШ №14 1-4 кл.

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 сушёная, соль йодированная</i>	Калорийное-189, Белок-14, Жиры-8, углеводы-21
70/30	Зразы рубленые (свинина) с соусом <i>окорок б.к., лук репчатый, хлеб "крестьянский", сухари панировочные, яйцо куриное, масло подсолнечное</i>	Калорийное-358, Белок-25, Жиры-26, углеводы-32
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-1182, Белок-50, Жиры-42, углеводы-128
Итого за день		Калорийное-1182, Белок-50, Жиры-42, углеводы-128

Директор



Зав.
производством _____

Директор



92-72

21.04.2026 (вторник)

МАОУ СОШ №14 5-11 кл.

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
80/50	Зразы рубленые (свинина) с соусом <i>окорок б.к. лук репчатый, хлеб "крестьянский", сухари панировочные, яйцо куриное, масло подсолнечное</i>	Калорийнос-465, Белок-32, Жиры-34, углеводы-42
180	Макаронные изделия отварные <i>макаронные изделия, масло сливочное гост, соль йодированная</i>	Калорийнос-363, Белок-9, Жиры-8, углеводы-26
200	Компот из свежих плодов	Калорийнос-196, 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

Итого за Завтрак Калорийнос-1160, Белок-45, Жиры-44, углеводы-121

Итого за день Калорийнос-1160, Белок-45, Жиры-44, углеводы-121

Директор

Зав.
производством _____

Директор



21.04.2026 (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		
80/50	Зразы рубленые (свинина) с соусом <i>окорок б.к. лук репчатый, хлеб "крестьянский", сухари панировочные, яйцо куриное, масло подсолнечное</i>	Калорийнос-465, Белок-32, Жиры-34, углеводы-42
180	Макаронные изделия отварные <i>макаронные изделия, масло сливочное гост, соль йодированная</i>	Калорийнос-272, Белок-7, Жиры-5, углеводы-20
200	Компот из свежих плодов	Калорийнос-196, Белок-1, углеводы-24
70	Хлебцы из кукурузной или рисовой муки	Калорийнос-141, Белок-5, Жиры-1, углеводы-29

Итого за Обед Калорийнос-1074, Белок-45, Жиры-40, углеводы-115

Итого за день Калорийнос-1074, Белок-45, Жиры-40, углеводы-115

Директор

Зав.
производством _____

Директор



МАОУ СОШ №14 5-11 ДОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
80/50	Зразы рубленые с соусом молочным <i>окорок б.к., лук репчатый, хлеб "крестьянский", сухари панировочные, яйцо куриное, масло подсолнечное, мука пшеничная в.с., масло сливочное гост 72,5%, томатная паста "кухмастер"</i>	Калорийнос-465, Белок-32, Жиры-34, углеводы-42
180	Макаронные изделия отварные <i>макаронные изделия, масло сливочное гост 72,5%, соль йодированная</i>	Калорийнос-363, Белок-9, Жиры-7, углеводы-26
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай чёрный</i>	Калорийнос-87, углеводы-23
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-1 075, Белок-46, Жиры-43, углеводы-125
<u>Обед</u>		
250/10	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, соль йодированная</i>	Калорийнос-235, Белок-17, Жиры-10, углеводы-26
80/50	Котлеты рубленые из бройлеров-цыплят с соусом <i>тушка цыпленка-бройлера 1 сорт, лук репчатый, хлеб "крестьянский", сухари панировочные, соль йодированная, масло подсолнечное</i>	Калорийнос-138, Белок-3, Жиры-4, углеводы-22
180	Рис припущенный <i>крупа рис, масло сливочное гост 72,5%, соль йодированная</i>	Калорийнос-307, Белок-4, Жиры-6, углеводы-63
200	Компот из смеси сухофруктов <i>смесь компотная, сахар-песок</i>	Калорийнос-60, углеводы-15
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-876, Белок-28, Жиры-21, углеводы-156
Итого за день		Калорийнос-1 951, Белок-74, Жиры-64, углеводы-281

Директор

Зав.
производством _____

Директор



262-81

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 сушёная, соль йодированная</i>	Калорийнос-189, Белок-14, Жиры-8, углеводы-21
70/3090	Зразы рубленые (свинина) с соусом <i>окорок 0 к, лук репчатый, хлеб "крестьянский", сухари панировочные, яйцо куриное, масло подсолнечное</i>	Калорийнос-358, Белок-25, Жиры-26, углеводы-32
150	Макаронные изделия отварные <i>макаронные изделия, масло сливочное ГОСТ 72.5%, соль йодированная</i>	Калорийнос-303, Белок-7, Жиры-6, углеводы-22
200	Компот из свежих плодов <i>яблоки, сахар-песок</i>	Калорийнос-196, Белок-1, углеводы-23
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-1182, Белок-50, Жиры-42, углеводы-128
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>	Калорийнос-169, Белок-4, Жиры-4, углеводы-29
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай чёрный</i>	Калорийнос-93, углеводы-25
Итого за Полдник		Калорийнос-262, Белок-5, Жиры-4, углеводы-54
Итого за день		Калорийнос-1444, Белок-55, Жиры-77, углеводы-182

Директор

Зав.
производством

Директор



84-92

МАОУ СОШ №14 1-4 ДОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
10	Масло сливочное	Калорийнос-75, Жиры-8
220/10	Каша пшеничная с маслом сливочным <i>молоко, крупа пшено шлифованное, масло сливочное гост 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</i>	Калорийнос-530, Белок-27, Жиры-26, углеводы-110
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай чёрный</i>	Калорийнос-87, углеводы-2523
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-828, Белок-31, Жиры-35, углеводы-163
<u>Обед</u>		
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 сушёная, соль йодированная</i>	Калорийнос-189, Белок-14, Жиры-8, углеводы-21
70/30	Зразы рубленые (свинина) с соусом <i>окорок б.к., лук репчатый, хлеб "крестьянский", сухари панировочные, яйцо куриное, масло подсолнечное</i>	Калорийнос-358, Белок-25, Жиры-26, углеводы-32
150	Макаронные изделия отварные <i>макаронные изделия, масло сливочное гост 72,5%, соль йодированная</i>	Калорийнос-303, Белок-7, Жиры-6, углеводы-22
200	Компот из свежих плодов <i>яблоки, сахар-песок</i>	Калорийнос-196, Белок-1, углеводы-23
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-1182, Белок-50, Жиры-42, углеводы-128
Итого за день		Калорийнос-2010, Белок-81, Жиры-77, углеводы-291

Директор

Зав.
производством _____

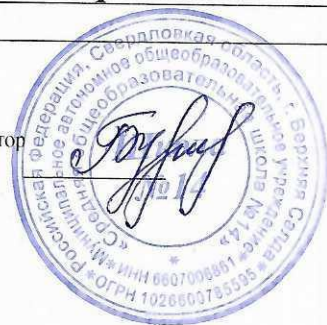
Директор



МАОУ СОШ №14 1-4 кл.

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
30	Повидло	Калорийнос-114, углеводы-24
200/10	Каша вязкая молочная "Дружба" с маслом сливочным <i>молоко, крупа пшено шифованное, крупа рис, масло сливочное гост 72.5%, сахар-песок, соль йодированная</i>	Калорийнос-312, Белок-14, Жиры-16, углеводы-34
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай чёрный</i>	Калорийнос-87, углеводы-23
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-648, Белок-19, Жиры-17, углеводы-111
Итого за день		Калорийнос-648, Белок-19, Жиры-17, углеводы-111

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		
200	Рассольник ленинградский на курином бульоне <i>картофель свежий, о.урцы консерв., морковь свежая, крупа перловая, лук репчатый, масло сливочное гост, соль йодированная</i>	Калорийнос-73, Белок-7, Жиры-4, углеводы-18
240	Плов из бройлеров-цыплят <i>тушка цыпленка-бройлера 1 сорт, крупа рис, морковь свежая, томатная паста "кухмастер", лук репчатый, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Калорийнос-540, Белок-17, Жиры-23, углеводы-62
200	Компот из смеси сухофруктов <i>смесь компотная, сахар-песок</i>	Калорийнос-60, углеводы-15
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-809, Белок-28, Жиры-29, углеводы-124
Итого за день		Калорийнос-809, Белок-28, Жиры-29, углеводы-124

Директор

Зав.
производством _____

Директор



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 <i>тушка цыпленка-бройлера 1 сорт, крупа рис, морковь свежая, томатная паста "кухмастер", лук репчатый, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Калорийнос-630, Белок-20, Жиры-27, углеводы-72
200	Компот из смеси сухофруктов <i>смесь компотная, сахар-песок</i>	Калорийнос-60, углеводы-15
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-850, Белок-24, Жиры-29, углеводы-119

Итого за день Калорийнос-850, Белок-24, Жиры-29, углеводы-119

Директор



Зав.
производством _____

Директор



109-71

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		
280	Плов из бройлеров-цыплят <i>тушка цыпленка-бройлера 1 сорт, крупа рис, морковь свежая, томатная паста "кухмастер", лук репчатый, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Калорийнос-630, Белок-20, Жиры-27, углеводы-72
200	Компот из смеси сухофруктов <i>смесь компотная, сахар-песок</i>	Калорийнос-60, углеводы-15
70	Хлебцы из кукурузной или рисовой муки	Калорийнос-141, Белок-5, Жиры-1, углеводы-29

Итого за Обед Калорийнос-831, Белок-25, Жиры-28, углеводы-116

Итого за день Калорийнос-831, Белок-25, Жиры-28, углеводы-116

Директор



Зав.
производством _____

Директор



109-71

МАОУ СОШ №14 5-11 ДОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
20	Масло сливочное	Калорийнос-150, Жиры-17
250/10	Каша вязкая рисовая с маслом сливочным <i>молоко, крупа рис, масло сливочное гост 72.5%, сахар-песок, соль йодированная</i>	Калорийнос-321, Белок-16, Жиры-21, углеводы-16
207	Чай с лимоном <i>сахар-песок, лимоны свежие, чай чёрный</i>	Калорийнос-65, углеводы-16
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-696, Белок-21, Жиры-39, углеводы-66
<u>Обед</u>		
250/10	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне <i>тушка цыпленка-бройлера I сорт, капуста свежая, картофель свежий, морковь свежая, лук репчатый, сметана 20%, томатная паста "кухмастер", масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, лимонная кислота</i>	Калорийнос-182, Белок-3, Жиры-5, углеводы-19
280	Плов из бройлеров-цыплят <i>тушка цыпленка-бройлера I сорт, крупа рис, морковь свежая, томатная паста "кухмастер", лук репчатый, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Калорийнос-630, Белок-20, Жиры-27, углеводы-72
200	Компот из смеси сухофруктов <i>смесь компот кш, сахар-песок</i>	Калорийнос-60, углеводы-15
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-1 008, Белок-27, Жиры-33, углеводы-135
Итого за день		Калорийнос-1 705, Белок-48, Жиры-72, углеводы-201

Директор

Зав.
производством _____

Директор



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 <i>картофель свежий, огурцы консерв., морковь свежая, крупа перловая, лук репчатый, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Калорийнос-73, Белок-7, Жиры-4, углеводы-18
240	Плов из бройлеров-цыплят <i>тушка цыпленка-бройлера 1 сорт, крупа рис, морковь свежая, томатная паста "кухмастер", лук репчатый, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Калорийнос-540, Белок-17, Жиры-23, углеводы-62
200	Компот из смеси сухофруктов <i>смесь компотная, сахар-песок</i>	Калорийнос-60, углеводы-15
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-809, Белок-28, Жиры-29, углеводы-123
Полдник		
75	Булочка с маком <i>мука пшеничная в с. молоко, сахар-песок, мак, маргарин, дрожжи хлебопекарные, ванильный сахар, яйцо куриное, соль йодированная</i>	Калорийнос-219, Белок-9, Жиры-10, углеводы-30
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай чёрный</i>	Калорийнос-93, углеводы-25
Итого за Полдник		Калорийнос-312, Белок-10, Жиры-10, углеводы-55
Итого за день		Калорийнос-1 121, Белок-38, Жиры-38, углеводы-178

Директор

Зав.
производством _____

Директор



184-92

МАОУ СОШ №14 1-4 ДОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
30	Повидло	Калорийнос-114, углеводы-24
200/10	Каша вязкая молочная "Дружба" с маслом сливочным <i>молоко, крупа пшено шлифованное, крупа рис, масло сливочное гост 72.5%, сахар-песок, соль йодированная</i>	Калорийнос-312, Белок-14, Жиры-16, углеводы-34
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай чёрный</i>	Калорийнос-87, углеводы-23
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-648, Белок-19, Жиры-17, углеводы-111
<u>Обед</u>		
200	Рассольник ленинградский на курином бульоне <i>картофель свежий, огурцы консерв., морковь свежая, крупа перловая, лук репчатый, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Калорийнос-73, Белок-7, Жиры-4, углеводы-18
240	Плов из бройлеров-цыплят <i>тушка цыпленка-бройлера 1 сорт, крупа рис, морковь свежая, томатная паста "кухмистер", лук репчатый, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Калорийнос-540, Белок-17, Жиры-23, углеводы-62
200	Компот из смеси сухофруктов <i>смесь компотная, сахар-песок</i>	Калорийнос-60, углеводы-15
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-809, Белок-28, Жиры-29, углеводы-123
Итого за день		Калорийнос-1457, Белок-47, Жиры-46, углеводы-234

Директор

Зав.
производством _____

Директор



222-18

МАОУ СОШ №14 1-4 кл.

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
70/30	Тефтели мясные с рисом с соусом <i>окорок б.к. лук репчатый, масло подсолнечное, крупа рис, мука пшеничная в.с, яйцо куриное</i>	Калорийнос-372, Белок-23 Жиры-32, углеводы-48
150	Каша гречневая вязкая <i>Крупа гречневая, масло сливочное гост, соль йодированная</i>	Калорийнос-220, Белок-8, Жиры-4, углеводы-39
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-815, Белок-35, Жиры-37, углеводы-140
Итого за день		Калорийнос-815, Белок-35, Жиры-37, углеводы-140

Директор

Зав.
производством _____

Директор



92-46

ООО "Восход-НТ"

23.04.2026 (четверг)

МАОУ СОШ №14 1-4 кл.

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Обед 2 смена		
200/10	Борщ с капустой, картофелем на курином бульоне <i>тушка цыпленка-бройлера 1 сорт, свекла свежая, капуста свежая, картофель свежий, морковь свежая, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное, сметана 20%, петрушка сушёная, сахар-песок, соль йодированная</i>	Калорийнос-223, Белок-18, Жиры-34, углеводы-61
70/30	Тефтели мясные с рисом с соусом <i>окорок б.к. лук репчатый, масло подсолнечное, крупа рис, мука пшеничная в.с, яйцо куриное</i>	Калорийнос-372, Белок-23 Жиры-32, углеводы-48
150	Каша гречневая вязкая <i>Крупа гречневая, масло сливочное гост, соль йодированная</i>	Калорийнос-220, Белок-8, Жиры-4, углеводы-39
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай чёрный</i>	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
Итого за Обед 2 смена		Калорийнос-1038, Белок-53, Жиры-71, углеводы-201
Итого за день		Калорийнос-1038, Белок-53, Жиры-71, углеводы-201

Директор

Зав.
производством _____

129-72

МАОУ СОШ №14 5-11 кл.

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
80/50	Тефтели мясные с рисом с соусом <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	Каша гречневая вязкая <i>Крупа гречневая, масло сливочное, вода, соль йодированная</i>	Калорийнос-264, Белок-9, Жиры-4, углеводы-47
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-970, Белок-43, Жиры-26, углеводы-162
Итого за день		Калорийнос-970, Белок-43, Жиры-26, углеводы-162

Директор

Зав.
производством

Директор



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		
80/50	Тефтели мясные с рисом с соусом <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	Каша гречневая вязкая <i>Крупа гречневая, масло сливочное, вода, соль йодированная</i>	Калорийнос-264, Белок-9, Жиры-4, углеводы-47
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-786, Белок-22, Жиры-11, углеводы-115
Итого за день		Калорийнос-786, Белок-22, Жиры-11, углеводы-115

Директор

Зав.
производством

Директор



МАОУ СОШ №14 5-11 ДОВЗ

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

Завтрак

80/50	Тефтели мясные с рисом с соусом <i>окорок б к, лук репчатый, масло подсолнечное, крупа рис, мука пшеничная в с, томатная паста "кухмастер", морковь свежая, яйцо куриное, сахар-песок, соль йодированная</i>	Калорийнос-484, Белок-29, Жиры-41, углеводы-62
180	Пюре картофельное <i>картофель свежий, молоко, масло сливочное гост 72,5%, соль йодированная</i>	Калорийнос-273, Белок-4, Жиры-6, углеводы-59
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай чёрный</i>	Калорийнос-87, углеводы-23
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-980, Белок-37, Жиры-49, углеводы-174

Обед

250/10	Борщ с капустой, картофелем на курином бульоне <i>тушка вымоченная-бройлер 1 сорт, капуста свежая, картофель свежий, морковь свежая, лук репчатый, сметана 20%, томатная паста "кухмастер", масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная</i>	Калорийнос-275, Белок-22, Жиры-42, углеводы-75
280	Азу по-татарски (свинина) <i>картофель свежий, окорок б к, лук репчатый, томатная паста "кухмастер", масло подсолнечное, морковь свежая, 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
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-990, Белок-46, Жиры-53, углеводы-174

Итого за день Калорийнос-1 970, Белок-83, Жиры-102, углеводы-348

Директор

Зав.
производством _____

Директор



2026-89

МАОУ СОШ №14 1-4 ДОВЗ 2 смена

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Обед</u>		
200/10	Борщ с капустой, картофелем на курином бульоне <i>тушка цыпленка-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 %</i>	Калорийнос-223, Белок-18, Жиры-34, углеводы-61
70/30	Тефтели мясные с рисом с соусом <i>окорок б.к. лук репчатый, масло подсолнечное, крупа рис, мука пшеничная в с</i>	Калорийнос-372, Белок-23, Жиры-32, углеводы-48
150	Каша гречневая вязкая <i>Крупа гречневая, масло сливочное гост 72,5%, соль йодированная</i>	Калорийнос-220, Белок-8, Жиры-4, углеводы-39
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай чёрный</i>	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
Итого за Обед		Калорийнос-1044, Белок-52, Жиры-72, углеводы-202
<u>Полдник</u>		
100	Гребешок с повидлом <i>мука пшеничная в с, повидло фруктовое, сахар-песок, маргарин, маргарин "столовый", ванильный сахар, дрожжи хлебопекарные, соль йодированная, яйцо куриное</i>	Калорийнос-290, Белок-11, Жиры-12, углеводы-37
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай чёрный</i>	Калорийнос-93, углеводы-25
Итого за Полдник		Калорийнос-383, Белок-12, Жиры-12, углеводы-62
Итого за день		Калорийнос-1427, Белок-64, Жиры-84, углеводы-264

Директор

Зав.
производством _____

Директор



84-92

МАОУ СОШ №14 1-4 ДОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
70/30	Тефтели мясные с рисом с соусом <i>окорок б.к. лук репчатый, масло подсолнечное, крупа рис, мука пшеничная в.с</i>	Калорийнос-372, Белок-23, Жиры-32, углеводы-48
150	Каша гречневая вязкая <i>Крупа гречневая, масло сливочное гост 72,5%, соль йодированная</i>	Калорийнос-220, Белок-8, Жиры-4, углеводы-39
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай чёрный</i>	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
Итого за Завтрак		Калорийнос-815, Белок-35, Жиры-38, углеводы-140
Обед		
200/10	Борщ с капустой, картофелем на курином бульоне <i>тушка цыпленка-бройлера 1 сорт, свекла свежая, капуста свежая, картофель свежий, морковь свежая, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное, сметана 20%, петрушка сушёная, сахар-песок, соль йодированная</i>	Калорийнос-223, Белок-18, Жиры-34, углеводы-61
240	Азу по-татарски (свинина) <i>картофель свежий, окорок б.к. лук репчатый, огурцы консерв., томатная паста, масло подсолнечное, морковь свежая, чеснок свежий, мука пшеничная в.с, соль йодированная</i>	Калорийнос-362, Белок-16, Жиры-9, углеводы-35, углеводы-25
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		Калорийнос-877, Белок-39, Жиры-44, углеводы-157
Итого за день		Калорийнос-1 692, Белок-74, Жиры-82, углеводы-297

Директор

Зав.
производством _____

Директор



24.04.2026 (пятница)

МАОУ СОШ №14 1-4 кл.

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
25	Повидло	Калорийнос-152, углеводы-32
180	Омлет натуральный <i>яйцо куриное, молоко, масло сливочное гост, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Калорийнос-366, Белок-17, Жиры-31, углеводы-3
200/15	Чай с сахаром <i>сахар-песок, лимоны свежие, чай чёрный</i>	Калорийнос-93, углеводы-25
40	Хлеб пшеничный	Калорийнос-96, Белок-3, Жиры-1, углеводы-19
40	Хлеб ржаной	Калорийнос-86, Белок-2, Жиры-1, углеводы-20
Итого за Завтрак		Калорийнос-735, Белок-22, Жиры-33, углеводы-87
Итого за день		Калорийнос-735, Белок-22, Жиры-33, углеводы-87

92-46

Директор

Зав.
производством _____

Дир.



24.04.2026 (пятница)

МАОУ СОШ №14 1-4 кл.

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Обед 2 смена</u>		
200	Суп-лапша на курином бульоне <i>боро цыпленка-бройлера, макаронные изделия, лук репчатый, морковь свежая, соль йодированная</i>	Калорийнос-299, Белок-21, Жиры-28, углеводы-17
240	Каша Царская с курой <i>тушка цыпленка-бройлера 1 сорт, крупа гречневая, морковь свежая, томатная паста "кухмистер", лук репчатый, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Калорийнос-540, Белок-17, Жиры-23, углеводы-62
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай чёрный</i>	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
Итого за Обед 2 смена		Калорийнос-1 055, Белок-42, Жиры-53, углеводы-127
Итого за день		Калорийнос-1 055, Белок-42, Жиры-53, углеводы-127

129-72

Директор

Зав.
производством _____

Дир.



МАОУ СОШ №14 5-11 кл.

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
45	Повидло	Калорийнос-171, углеводы-36
220	Омлет натуральный <i>яйцо куриное, молоко, масло сливочное гост, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Калорийнос-445, Белок-20, Жиры-38, углеводы-4
200/15	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-871, Белок-40, Жиры-40, углеводы-99
Итого за день		Калорийнос-871, Белок-40, Жиры-40, углеводы-99

Директор

Зав.
производством _____

Директор



109-71

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

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
280	Каши Царская с курой <i>тушка цыпленка-бройлера 1 сорт, крупа гречневая, морковь свежая, томатная паста "кухмастер", лук репчатый, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Калорийнос-630, Белок-20, Жиры-27, углеводы-72
200/15	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-864, Белок-25, Жиры-28, углеводы-126
Итого за день		Калорийнос-864, Белок-25, Жиры-28, углеводы-126

Директор

Зав.
производством _____

Директор



109-71

МАОУ СОШ №14 5-11 ДОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
45	Повидло	Калорийнос-171, углеводы-36
220	Омлет натуральный <i>яйцо куриное, молоко, масло подсолнечное, масло сливочное гост 72,5%, соль йодированная</i>	Калорийнос-447, Белок-20, Жиры-38, углеводы-4
200/15	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-871, Белок-26, Жиры-40, углеводы-99
<u>Обед</u>		
250	Суп-лапша на курином бульоне <i>макаронные изделия, лук репчатый, тушка цыпленка-бройлера 1 сорт, морковь свежая, соль йодированная</i>	Калорийнос-373, Белок-26, Жиры-35, углеводы-45, углеводы-21
280	Каша Царская с курой <i>тушка цыпленка-бройлера 1 сорт, крупа гречневая, морковь свежая, томатная паста "кухмастер", лук репчатый, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Калорийнос-630, Белок-20, Жиры-27, углеводы-72
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай чёрный</i>	Калорийнос-87, углеводы-23
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-1 250, Белок-51, Жиры-64, углеводы-196
Итого за день		Калорийнос-2 121, Белок-77, Жиры-104, углеводы-295

262-89

Директор

Зав.
производством

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-лапша на курином бульоне** Калорийнос-299, Белок-21, Жиры-28, углеводы-36, углеводы-17

макаронные изделия, лук репчатый, тушка цыпленка-бройлера 1 сорт, морковь свежая, соль йодированная

240 **Каша Царская с курой** Калорийнос-540, Белок-17, Жиры-23, углеводы-62

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

Напиток

200 **витаминизированный** Калорийнос-80, углеводы-19

Витошка

Концентрат Витошки

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-1 055, Белок-42, Жиры-53, углеводы-127

Полдник

100 **Булочка дорожная** Калорийнос-264, Белок-10, Жиры-11, углеводы-33

мука пшеничная в с, маргарин, сахар-песок, яйцо куриное, дрожжи хлебопекарные, соль йодированная

207 **Чай с лимоном** Калорийнос-65, углеводы-16

сахар-песок, лимоны свежие, чай чёрный

Итого за Полдник Калорийнос-329, Белок-10, Жиры-11, углеводы-49

Итого за день Калорийнос-1 384, Белок-52, Жиры-64, углеводы-176

Директор

Зав.
производством _____

Директор



184-92

МАОУ СОШ №14 1-4 ДОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
25	Повидло	Калорийнос-95, углеводы-20
180	Омлет натуральный <i>яйцо куриное, молоко, масло подсолнечное, масло сливочное гост 72,5%, соль йодированная</i>	Калорийнос-366, Белок-17, Жиры-31, углеводы-3
200/15	Чай с сахаром <i>сахар-песок, лимоны свежие, чай чёрный</i>	Калорийнос-93, углеводы-25
40	Хлеб пшеничный	Калорийнос-96, Белок-3, Жиры-1, углеводы-19
40	Хлеб ржаной	Калорийнос-86, Белок-2, Жиры-1, углеводы-20
Итого за Завтрак		Калорийнос-735, Белок-22, Жиры-33, углеводы-87
<u>Обед</u>		
200	Суп-лапша на курином бульоне <i>макаронные изделия, лук репчатый, тушка цыплёнка-бройлера 1 сорт, морковь свежая, соль йодированная</i>	Калорийнос-299, Белок-21, Жиры-28, углеводы-36, углеводы-17
240	Каша Царская с курой <i>тушка цыплёнка-бройлера 1 сорт, крупа гречневая, морковь свежая, томатная паста, лук репчатый, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Калорийнос-540, Белок-17, Жиры-23, углеводы-62
Напиток		
200	витаминизированный Витошка <i>Концентрат Витошка</i>	Калорийнос-80, углеводы-19
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-1 055, Белок-42, Жиры-53, углеводы-127
Итого за день		Калорийнос-1 790, Белок-64, Жиры-86

Директор

Зав.
производством _____

Директор



222-18

МАОУ СОШ №14 Комплексные обеды 80 рублей

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Обед</u>		
250	Суп картофельный с бобовыми	Калорийнос-216, Белок-6, Жиры-9, углеводы-66
20	Гренки из пшеничного хлеба	Калорийнос-74, Белок-2, углеводы-15
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
75	Булочка домашняя	Калорийнос-189, Белок-6, Жиры-7, углеводы-27
Итого за Обед		Калорийнос-708, Белок-19, Жиры-18, углеводы-163

МАОУ СОШ №14 Комплексные обеды 80 рублей

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Обед</u>		
250	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне	Калорийнос-290, Белок-21, Жиры-13, углеводы-33
200	Соки фруктовые	Калорийнос-92, Белок-1, углеводы-24
200	Хлеб пшеничный	Калорийнос-72, Белок-2, Жиры-1, углеводы-14
30	Хлеб ржаной	Калорийнос-64, Белок-1, Жиры-1, углеводы-15
30	Булочка с корицей	Калорийнос-166, Белок-4, Жиры-3, углеводы-29
Итого за Обед		Калорийнос-684, Белок-29, Жиры-18, углеводы-115

МАОУ СОШ №14 Комплексные обеды 80 рублей

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Обед</u>		
250	Рассольник ленинградский на курином бульоне	Калорийнос-92, Белок-9, Жиры-5, углеводы-22
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
75	Булочка с маком	Калорийнос-219, Белок-9, Жиры-10, углеводы-30
Итого за Обед		Калорийнос-555, Белок-22, Жиры-16, углеводы-81

МАОУ СОШ №14 Комплексные обеды 80 рублей

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Обед</u>		
250/10	Борщ с капустой, картофелем на курином бульоне	Калорийнос-287, Белок-23, Жиры-43, углеводы-78
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-799, Белок-37, Жиры-54, углеводы-177

МАОУ СОШ №14 Комплексные обеды 80 рублей

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Обед</u>		
250	Суп-лапша на курином бульоне	Калорийнос-373, Белок-26, Жиры-35, углеводы-45, углеводы-21
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 дорожная	Калорийнос-264, Белок-10, Жиры-11, углеводы-33
Итого за Обед		Калорийнос-866, Белок-41, Жиры-48, углеводы-154

Директор

Зав.
производством

Директор



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

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

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

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Обед</u>		
90	Тефтели мясные с рисом с соусом	Калорийнос-290, Белок-10, Жиры-21, углеводы-15
180	Каша гречневая вязкая	Калорийнос-264, Белок-9, Жиры-4, углеводы-47
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-1066, Белок-32, Жиры-36, углеводы-121

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 дорожная	Калорийнос-264, Белок-10, Жиры-10, углеводы-33
Итого за Обед		Калорийнос-1 123, Белок-34, Жиры-40, углеводы-166

Директор



Зав. производством

Директор

