21.09.2026 (понедельник)

МАОУ СОШ №14 1-4 кл.

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак	
20	***Повидло***	Калорийнос-76, углеводы-16
200/10	***Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" с маслом*** *молоко, хлопья овсяные, масло сливочное гост 72,5%, сахар-песок, соль йодированная*	Калорийнос-296, Белок-13, Жиры-18, углеводы-42
200	***Кисель*** *кисель плодово-ягодный, сахар-песок*	Калорийнос-126, углеводы-58
40	***Хлеб пшеничный***	Калорийнос-104, Белок-3, Жиры-1, углеводы-21
30	***Хлеб ржаной***	Калорийнос-90, Белок-3, Жиры-3, углеводы-13
	Итого за Завтрак	Калорийнос-692, Белок-19, Жиры-22, углеводы-151
	Итого за день	Калорийнос-692, Белок-19, Жиры-22, углеводы-151

Директор

Зав. производством

Директор

92-46

ООО "Восход-НТ"

21.09.2026 (понедельник)

МАОУ СОШ №14 5-11 кл.

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	Завтрак		
30	**Повидло**	Калорийнос-114, углеводы-24	
250/10	**Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" с маслом** *Молоко, хлопья овсяные, масло сливочное гост 72,5%, сахар-песок, соль йодированная*	Калорийнос-367, Белок-16, Жиры-22, углеводы-52	
200	**Кисель** *кисель плодово-ягодный, сахар-песок*	Калорийнос-126, углеводы-58	
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-730, Белок-26, Жиры-32, углеводы-138	
	Итого за день	Калорийнос-730, Белок-26, Жиры-32, углеводы-138	

Директор

Зав. производством

Директор

109-71

ООО "Восход-НТ"

21.09.2026 (понедельник)

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	
80/50	**Биточки из свинины с соусом** *Окорок б к, лук репчатый, мука пшеничная, соль йодирован.*	Калорийнос-242, Белок-14, Жиры-25, углеводы-26
180	**Каша гречневая вязкая** *Крупа гречневая, масло сливочное гост 72,5%, соль йодированная*	Калорийнос-246, Белок-11, Жиры-12, углеводы-39
200	**Чай с сахаром** *сахар-песок, чай чёрный*	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

21.09.2026 (понедельник)

МАОУ СОШ №14 5-11 ДОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак	
30	**Повидло**	Калорийное-114, углеводы-24
250/10	**Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" с маслом** *молоко, крупа пшено шлифованное, масло сливочное гост 72,5%, сахар-песок, соль йодированная*	Калорийное-367, Белок-16, Жиры-22, углеводы-52
200	**Кисель** *кисель плодово-ягодный, сахар-песок*	Калорийное-126, углеводы-58
40	**Хлеб пшеничный**	Калорийное-104, Белок-3, Жиры-1, углеводы-21
30	**Хлеб ржаной**	Калорийное-90, Белок-3, Жиры-3, углеводы-13
	Итого за Завтрак	Калорийное-762, Белок-27, Жиры-32, углеводы-145
	Обед	
250	**Суп картофельный с бобовыми** *картофель свежий, горох колотый, тушка цыплёнка-бройлера 1 сорт, морковь свежая, лук репчатый, масло подсолнечное*	Калорийное-216, Белок-6, Жиры-9, углеводы-66
20	**Гренки из пшеничного хлеба**	Калорийное-49, Белок-2, углеводы-10
80/50	**Биточки из свинины с соусом** *окорок б/к, сухари панировочные, масло сливочное гост 72,5%, яйцо куриное, мука пшеничная в/с, морковь свежая, томатная паста "кухмастер", соль йодированная ,лук репчатый, сахар-песок*	Калорийное-210, Белок-12, Жиры-22, углеводы-23
180	**Каша гречневая рассыпчатая** *крупа гречневая, масло сливочное гост 72,5%, соль йодированная*	Калорийное-189, Белок-10, Жиры-7, углеводы-43
200	**Чай с сахаром** *сахар-песок, чай чёрный*	Калорийное-87, углеводы-23
30	**Хлеб пшеничный**	Калорийное-78, Белок-2, Жиры-1, углеводы-16
30	**Хлеб ржаной**	Калорийное-90, Белок-3, Жиры-3, углеводы-13
	Итого за Обед	Калорийное-996, Белок-46, Жиры-48, углеводы-152
	Итого за день	Калорийное-1 758, Белок-73, Жиры-79, углеводы-296

Директор_____

Зав. производством_____

Директор_____

262-81

21.09.2026 (понедельник)

МАОУ СОШ №14 1-4 ДОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак	
20	Повидло	Калорийное-76, углеводы-16
200/10	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" с маслом *молоко, хлопья овсяные, масло сливочное гост 72,5%, сахар-песок, соль йодированная*	Калорийное-296, Белок-13, Жиры-18, углеводы-42
200	Кисель *кисель плодово-ягодный, сахар-песок*	Калорийное-126, углеводы-58
40	Хлеб пшеничный	Калорийное-104, Белок-3, Жиры-1, углеводы-21
30	Хлеб ржаной	Калорийное-90, Белок-3, Жиры-3, углеводы-13
	Итого за Завтрак	Калорийное-692, Белок-19, Жиры-22, углеводы-151
	Обед	
200	Суп картофельный с бобовыми *картофель свежий, тушка цыплёнка-бройлера 1 сорт, горох колотый, морковь свежая, лук репчатый, масло подсолнечное, петрушка сушёная, соль йодированная*	Калорийное-235, Белок-14, Жиры-12, углеводы-19
20	Гренки из пшеничного хлеба	Калорийное-49, Белок-2, углеводы-10
70/30	Биточки мясные с соусом *окорок б/к, хлеб "крестьянский", сухари панировочные, молоко, масло подсолнечное, мука пшеничная в/с, морковь свежая, томатная паста "кухмастер", соль йодированная, лук репчатый, сахар-песок*	Калорийное-140, Белок-7, Жиры-10, углеводы-6
150	Каша гречневая рассыпчатая *крупа гречневая, масло сливочное гост 72,5%, соль йодированная*	Калорийное-158, Белок-9, Жиры-6, углеводы-36
200	Чай с сахаром *сахар-песок, чай чёрный*	Калорийное-87, углеводы-23
30	Хлеб пшеничный	Калорийное-78, Белок-2, Жиры-1, углеводы-16
30	Хлеб ржаной	Калорийное-90, Белок-3, Жиры-3, углеводы-13
	Итого за Обед	Калорийное-837, Белок-36, Жиры-32, углеводы-123
	Итого за день	Калорийное-1 529, Белок-55, Жиры-53, углеводы-274

Директор _____

Зав. производством _____

Директор _____

222-18

22.09.2026 (вторник)

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**	Калорийнос-75, Белок-0,5, Жиры-8
220/10	**Каша пшеничная с маслом сливочным** *макаронные изделия, масло сливочное гост 72,5%, соль йодированная*	Калорийнос-530, Белок-27, Жиры-626 углеводы-110
200	**Чай с сахаром** *сахар-песок, чай чёрный*	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-828, Белок-35, Жиры-23, углеводы-163
	Итого за день	Калорийнос-828, Белок-35, Жиры-23, углеводы-163

Директор _____

Зав. производством _____

Директор

92-46

22.09.2026 (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***	Калорийнос-465, Белок-32, Жиры-34, углеводы-42
	окорок б/к, лук репчатый, хлеб "крестьянский", сухари панировочные, яйцо куриное, масло подсолнечное	
180	***Макаронные изделия отварные***	Калорийнос-363, Белок-9, Жиры-8, углеводы-26
	макаронные изделия, масло сливочное гост, соль йодированная	
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 _____ ***109-71***

ООО "Восход-НТ"

22.09.2026 (вторник)

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	
80/50	***Зразы рубленые (свинина)с соусом***	Калорийнос-465, Белок-32, Жиры-34, углеводы-42
	окорок б/к, лук репчатый, хлеб "крестьянский", сухари панировочные, яйцо куриное, масло подсолнечное	
180	***Макаронные изделия отварные***	Калорийнос-272, Белок-7, Жиры-5, углеводы-20
	макаронные изделия, масло сливочное гост, соль йодированная	
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 _____ ***109-71***

22.09.2026 (вторник)

МАОУ СОШ №14 5-11 ДОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак	
80/50	***Зразы рубленые с соусом молочным***	Калорийнос-465, Белок-32, Жиры-34, углеводы-42
	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"	
180	***Макаронные изделия отварные***	Калорийнос-363, Белок-9, Жиры-7, углеводы-26
	макаронные изделия, масло сливочное гост 72,5%, соль йодированная	
200	***Чай с сахаром***	Калорийнос-87, углеводы-23
	сахар-песок, чай чёрный	
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
	Обед	
250/10	***Суп рыбный со сметаной***	Калорийнос-147, Белок-9, Жиры-11, углеводы-18
	капуста свежая, картофель свежий, тушка цыплёнка-бройлера 1 сорт, сметана 20%, морковь свежая, лук репчатый, масло подсолнечное, соль йодированная	
80/50	***Котлеты рубленые из бройлеров-цыплят с соусом***	Калорийнос-138, Белок-3, Жиры-4, углеводы-22
	тушка цыплёнка-бройлера 1 сорт, лук репчатый, хлеб "крестьянский", сухари панировочные, соль йодированная, масло подсолнечное	
180	***Рис припущенный***	Калорийнос-307, Белок-4, Жиры-6, углеводы-63
	крупа рис , масло сливочное гост 72,5%, соль йодированная	
200	***Компот из смеси сухофруктов***	Калорийнос-60, углеводы-15
	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-728, Белок-19, Жиры-23, углеводы-147
	Итого за день	Калорийнос-1 803, Белок-65, Жиры-66, Углеводы-272

Директор _____

Зав. производством _____

Директор _____ 262-81

22.09.2026 (вторник)

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-75, Жиры-8
220/10	**Каша пшеничная с маслом сливочным** *молоко, крупа пшено шлифованное, масло сливочное гост 72,5%, сахар-песок, соль йодированная*	Калорийное-530, Белок-27, Жиры-26, углеводы-110
200	**Чай с сахаром** *сахар-песок, чай чёрный*	Калорийное-87, углеводы-2523
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-31, Жиры-35, углеводы-163
	Обед	
200/10	**Суп рыбный со сметаной** *рыба, картофель свежий, крупа рис, сметана 20%, морковь свежая, лук репчатый, масло подсолнечное, петрушка сушёная, соль йодированная*	Калорийное-119, Белок-7, Жиры-9, углеводы-15
70/30	**Зразы рубленые (свинина)с соусом** *окорок б к, лук репчатый, хлеб "крестьянский", сухари панировочные, яйцо куриное, масло подсолнечное*	Калорийное-358, Белок-25, Жиры-26, углеводы-32
150	**Макаронные изделия отварные** *макаронные изделия, масло сливочное гост 72,5%, соль йодированная*	Калорийное-303, Белок-7, Жиры-6, углеводы-22
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-1112, Белок-43, Жиры-44, углеводы-121
	Итого за день	Калорийное-1940, Белок-74, Жиры-79, углеводы-284

Директор _____

Зав. производством _____

Директор _____

222-18

23.09.2026 (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	Калорийнос-114, углеводы-24
200/10	Каша вязкая молочная "Дружба" с маслом сливочным *молоко, крупа пшено шлифованное, крупа рис , масло сливочное гост 72,5%, сахар-песок, соль йодированная*	Калорийнос-312, Белок-14, Жиры-16, углеводы-34
200	Чай с сахаром *сахар-песок, чай чёрный*	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 _____

Инженер _____ 9.11.46

23.09.2026 (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*** *тушка цыплёнка-бройлера 1 сорт, крупа рис , морковь свежая, томатная паста "кухмастер", лук репчатый, масло подсолнечное, соль йодированная*	Калорийнос-630, Белок-20, Жиры-27, углеводы-72
200	***Компот из смеси сухофруктов*** *смесь компотная, сахар-песок*	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***

ООО "Восход-НТ"

23.09.2026 (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*** *тушка цыплёнка-бройлера 1 сорт, крупа рис , морковь свежая, томатная паста "кухмастер", лук репчатый, масло подсолнечное, соль йодированная*	Калорийнос-630, Белок-20, Жиры-27, углеводы-72
200	***Компот из смеси сухофруктов*** *смесь компотная, сахар-песок*	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***

23.09.2026 (среда)

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**	Калорийнос-150, Жиры-17
250/10	**Каша вязкая рисовая с маслом сливочным**	Калорийнос-321, Белок-16, Жиры-21, углеводы-16
	молоко, крупа рис , масло сливочное гост 72,5%, сахар-песок, соль йодированная	
207	**Чай с лимоном**	Калорийнос-65, углеводы-16
	сахар-песок, лимоны свежие, чай чёрный	
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
	Обед	
250/10	**Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне**	Калорийнос-182, Белок-3, Жиры-5, углеводы-19
	тушка цыплёнка-бройлера 1 сорт, капуста свежая, картофель свежий, морковь свежая, лук репчатый, сметана 20%, томатная паста "кухмастер", масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, лимонная кислота	
280	**Плов из бройлеров-цыплят**	Калорийнос-630, Белок-20, Жиры-27, углеводы-72
	тушка цыплёнка-бройлера 1 сорт, крупа рис , морковь свежая, томатная паста "кухмастер", лук репчатый, масло подсолнечное, соль йодированная	
200	**Компот из смеси сухофруктов**	Калорийнос-60, углеводы-15
	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-1 008, Белок-27, Жиры-33, углеводы-135
	Итого за день	Калорийнос-1 705, Белок-48, Жиры-72, углеводы-201

Директор _____ **262-81**

Зав. производством _____

Директор _____

23.09.2026 (среда)

МАОУ СОШ №14 1-4 ДОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак	
30	**Повидло**	Калорийное-114, углеводы-24
200/10	**Каша вязкая молочная "Дружба" с маслом сливочным** *молоко, крупа пшено шлифованное, крупа рис , масло сливочное гост 72,5%, сахар-песок, соль йодированная*	Калорийное-312, Белок-14, Жиры-16, углеводы-34
200	**Чай с сахаром** *сахар-песок, чай чёрный*	Калорийное-87, 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 Завтрак	Калорийное-648, Белок-19, Жиры-17, углеводы-111
	Обед	
200	**Рассольник ленинградский на курином бульоне** *картофель свежий, огурцы консерв., морковь свежая, крупа перловая, лук репчатый, масло подсолнечное, соль йодированная*	Калорийное-73, Белок-7, Жиры-4, углеводы-18
240	**Плов из бройлеров-цыплят** *тушка цыплёнка-бройлера 1 сорт, крупа рис , морковь свежая, томатная паста "кухмастер", лук репчатый, масло подсолнечное, соль йодированная*	Калорийное-540, Белок-17, Жиры-23, углеводы-62
200	**Компот из смеси сухофруктов** *смесь компотная, сахар-песок*	Калорийное-60, углеводы-15
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-809, Белок-28, Жиры-29, углеводы-123
	Итого за день	Калорийное-1457, Белок-47, Жиры-46, углеводы-234

Директор _____

Зав. производством _____

Директор _____ **222-18**

ООО "Восход-НТ"

24.09.2026 (четверг)

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** *окорок б к, лук репчатый, масло подсолнечное, крупа рис , мука пшеничная в с, яйцо куриное*	Калорийнос-288, Белок-8, Жиры-20, углеводы-14
180	**Каша гречневая вязкая** *Крупа гречневая, масло сливочное, вода, соль йодированная*	Калорийнос-264, Белок-9, Жиры-4, углеводы-47
200	**Чай с сахаром** *сахар-песок, чай чёрный*	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-47, углеводы-162
	Итого за день	Калорийнос-970, Белок-43, Жиры-47, углеводы-162

Директор _____ Зав. производством _____ Директор _____ **109-71**

ООО "Восход-НТ"

24.09.2026 (четверг)

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	
80/50	**Тефтели мясные с рисом с соусом** *окорок б к, лук репчатый, масло подсолнечное, крупа рис , мука пшеничная в с, яйцо куриное*	Калорийнос-288, Белок-8, Жиры-20, углеводы-14
180	**Каша гречневая вязкая** *Крупа гречневая, масло сливочное, вода, соль йодированная*	Калорийнос-264, Белок-9, Жиры-4, углеводы-47
200	**Чай с сахаром** *Сахар-песок, чай черный*	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-25, углеводы-115
	Итого за день	Калорийнос-786, Белок-22, Жиры-25, углеводы-115

Директор _____ Зав. производством _____ Директор _____ **109-71**

24.09.2026(четверг)

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*** *окорок б/к, лук репчатый, масло подсолнечное, крупа рис , мука пшеничная в/с, яйцо куриное*	Калорийнос-372, Белок-23 Жиры-32, углеводы-48
150	***Каша гречневая вязкая*** *Крупа гречневая, масло сливочное гост, соль йодированная*	Калорийнос-220, Белок-8, Жиры-4, углеводы-39
200	***Чай с сахаром*** *сахар-песок, чай чёрный*	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"

24.09.2026 (четверг)

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*** *окорок б/к, лук репчатый, масло подсолнечное, крупа рис , мука пшеничная в/с*	Калорийнос-372, Белок-23, Жиры-32, углеводы-48
150	***Каша гречневая вязкая*** *Крупа гречневая, масло сливочное гост 72,5%, соль йодированная*	Калорийнос-220, Белок-8, Жиры-4, углеводы-39
200	***Чай с сахаром*** *сахар-песок, чай чёрный*	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*** *тушка цыплёнка-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*	Калорийнос-223, Белок-18, Жиры-34, углеводы-61
240	***Азу по-татарски (свинина)*** *картофель свежий, окорок б/к, лук репчатый, огурцы консерв., томатная паста, масло подсолнечное, морковь свежая, чеснок свежий, мука пшеничная в/с, соль йодированная*	Калорийнос-362, Белок-16, Жиры-9, углеводы-35, углеводы-25
200	***Кисель*** *кисель плодово-ягодный, сахар-песок*	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 _____

222-18

Директор _____

24.09.2026 (четверг)

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** *окорок б/к, лук репчатый, масло подсолнечное, крупа рис , мука пшеничная в/с, томатная паста "кухмастер", морковь свежая, яйцо куриное, сахар-песок, соль йодированная*	Калорийнос-484, Белок-29, Жиры-41, углеводы-62
180	**Пюре картофельное** *картофель свежий, молоко, масло сливочное гост 72,5%, соль йодированная*	Калорийнос-273, Белок-4, Жиры-6, углеводы-59
200	**Чай с сахаром** *сахар-песок, чай чёрный*	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** *тушка цыплёнка-бройлера 1 сорт, капуста свежая, картофель свежий, морковь свежая, лук репчатый, сметана 20%, томатная паста "кухмастер", масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная*	Калорийнос-275, Белок-22, Жиры-42, углеводы-75
280	**Азу по-татарски (свинина)** *картофель свежий, окорок б/к, лук репчатый, томатная паста "кухмастер", масло подсолнечное, морковь свежая, мука пшеничная в/с, соль йодированная*	Калорийнос-422, Белок-18, Жиры-10, углеводы-40, углеводы-29
200	**Кисель** *кисель плодово-ягодный, сахар-песок*	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-216
	Итого за день	Калорийнос-1 970, Белок-83, Жиры-102, углеводы-389

Директор _____

Зав. производством _____

Дир _____ 362-89

25.09.2026 (пятница)

МАОУ СОШ №14 1-4 кл.

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак	
25	***Повидло***	Калорийнос-152, углеводы-32
180	***Омлет натуральный*** *яйцо куриное, молоко, масло сливочное гост, масло подсолнечное, соль йодированная*	Калорийнос-366, Белок-17, Жиры-31, углеводы-3
200/15	***Чай с сахаром*** *сахар-песок, лимоны свежие, чай чёрный*	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

Директор _____

Зав. производством _____

Директор _____ **92-46**

25.09.2026 (пятница)

МАОУ СОШ №14 5-11 кл.

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак	
45	**Повидло**	Калорийнос-171, углеводы-36
220	**Омлет натуральный** *яйцо куриное, молоко, масло сливочное гост, масло подсолнечное, соль йодированная*	Калорийнос-445, Белок-20, Жиры-38, углеводы-4
200/15	**Чай с сахаром** *сахар-песок, чай чёрный*	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**

ООО "Восход-НТ"

25.09.2026 (пятница)

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	**Каша Царская с курой** *тушка цыплёнка-бройлера 1 сорт, крупа гречневая, морковь свежая, томатная паста "кухмастер", лук репчатый, масло подсолнечное, соль йодированная*	Калорийнос-630, Белок-20, Жиры-27, углеводы-72
200/15	**Чай с сахаром** *сахар-песок, чай чёрный*	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**

25.09.2026 (пятница)

МАОУ СОШ №14 5-11 ДОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак	
45	**Повидло**	Калорийнос-171, углеводы-36
220	**Омлет натуральный** *яйцо куриное, молоко, масло подсолнечное, масло сливочное гост 72,5%, соль йодированная*	Калорийнос-447, Белок-20, Жиры-38, углеводы-4
200/15	**Чай с сахаром** *сахар-песок, чай чёрный*	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
	Обед	
250	**Суп-лапша на курином бульоне** *макаронные изделия, лук репчатый, тушка цыплёнка-бройлера 1 сорт, морковь свежая, соль йодированная*	Калорийнос-373, Белок-26, Жиры-35, углеводы-45, углеводы-21
280	**Каша Царская с курой** *тушка цыплёнка-бройлера 1 сорт, крупа гречневая, морковь свежая, томатная паста "кухмастер", лук репчатый, масло подсолнечное, соль йодированная*	Калорийнос-630, Белок-20, Жиры-27, углеводы-72
200	**Чай с сахаром** *сахар-песок, чай чёрный*	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

Директор

Зав. производством

Директор **262-89**

25.09.2026 (пятница)

МАОУ СОШ №14 1-4 ДОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак	
25	**Повидло**	Калорийное-95, углеводы-20
180	**Омлет натуральный** *яйцо куриное, молоко, масло подсолнечное, масло сливочное гост 72,5%, соль йодированная*	Калорийное-366, Белок-17, Жиры-31, углеводы-3
200/15	**Чай с сахаром** *сахар-песок, лимоны свежие, чай чёрный*	Калорийное-93, углеводы-25
40	**Хлеб пшеничный**	Калорийное-96, Белок-3, Жиры-1, углеводы-19
40	**Хлеб ржаной**	Калорийное-86, Белок-2, Жиры-1, углеводы-20
	Итого за Завтрак	Калорийное-735, Белок-22, Жиры-33, углеводы-87
	Обед	
200	**Суп-лапша на курином бульоне** *макаронные изделия, лук репчатый, тушка цыплёнка-бройлера 1 сорт, морковь свежая, соль йодированная*	Калорийное-299, Белок-21, Жиры-28, углеводы-36, углеводы-17
240	**Каша Царская с курой** *тушка цыплёнка-бройлера 1 сорт, крупа гречневая, морковь свежая, томатная паста, лук репчатый, масло подсолнечное, соль йодированная*	Калорийное-540, Белок-17, Жиры-23, углеводы-62
200	**Напиток витаминизированный Витошка** *Концентрат Витошка*	Калорийное-80, углеводы-19
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-1 055, Белок-42, Жиры-53, углеводы-127
	Итого за день	Калорийное-1 790, Белок-64, Жиры-86, углеводы-214

Директор _____

Зав. производством _____

Директор _____ **222-18**

ООО "Восход-НТ"

МАОУ СОШ №14 Комплексные обеды 100 рублей — 21.09.2026 (понедельник)

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

ООО "Восход-НТ"

МАОУ СОШ №14 Комплексные обеды 100 рублей — 22.09.2026 (вторник)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Обед	
250/10	Суп рыбный со сметаной	Калорийнос-147, Белок-7, Жиры-9, углеводы-18
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-541, Белок-15, Жиры-14, углеводы-100

ООО "Восход-НТ"

МАОУ СОШ №14 Комплексные обеды 100 рублей — 23.09.2026 (среда)

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

ООО "Восход-НТ"

МАОУ СОШ №14 Комплексные обеды 100 рублей — 24.09.2026 (четверг)

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

ООО "Восход-НТ"

МАОУ СОШ №14 Комплексные обеды 100 рублей — 25.09.2026 (пятница)

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

ООО "Восход-НТ"

МАОУ СОШ №14 Комплексные обеды 140 рублей **21.09.2026 (понедельник)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Обед	
100	Биточки из свинины	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»

МАОУ СОШ №14 Комплексные обеды 140 рублей **22.09.2026 (вторник)**

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

23.09.2026 (среда)

МАОУ СОШ №14 Комплексные обеды 140 рублей

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

24.09.2026 (четверг)

МАОУ СОШ №14 Комплексные обеды 140 рублей

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

ООО "Восход-НТ"

25.09.2026 (пятница)

МАОУ СОШ №14 Комплексные обеды 140 рублей

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Обед	
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-11, углеводы-33
	Итого за Обед	Калорийнос-1 123, Белок-34, Жиры-40, углеводы-160

Директор _____

Зав. производством _____

Директор _____