12.10.2026 (понедельник)

МАОУ СОШ №14 1-4 кл.

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	Завтрак		
20	**Повидло**	Калорийнос-76, Белок-1, углеводы-16	
200/10	**Каша вязкая пшенная с маслом сливочным** *молоко, крупа пшено шлифованное, масло сливочное гост 72,5%, сахар-песок, соль йодированная*	Калорийнос-266, Белок-9, Жиры-11, углеводы-39	
200	**Кисель** *кисель плодово-ягодный, сахар-песок*	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-658, Белок-14, Жиры-12, углеводы-131	
	Итого за день	Калорийнос-658, Белок-14, Жиры-12, углеводы-131	**92-46**

Директор

Зав. производством_____

Директор

ООО "Восход-НТ"

12.10.2026 (понедельник)

МАОУ СОШ №14 5-11 кл.

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак	
250/10	**Каша пшенная с маслом сливочным** *Молоко3,2%, крупа пшено, масло сливочное 72,5% , сахар, соль йодированная*	Калорийнос-329, Белок-11, Жиры-13, углеводы-49
200	**Кисель** *Концентрат кисель, сахар*	Калорийнос-156, Белок-1, углеводы-42
30	**Повидло**	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-736, Белок-16, Жиры-15, углеводы-144
	Итого за день	Калорийнос-736, Белок-16, Жиры-15, углеводы-144

Директор

Зав. производством

Директор

109-71

ООО "Восход-НТ"

12.10.2026 (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	**Шницель из свинины с соусом** *окорок б/к, сухари панировочные, масло сливочное гост, яйцо куриное, соль йодированная*	Калорийнос-210, Белок-12 Жиры-22, углеводы-23
150	**Каша гречневая рассыпчатая** *крупа гречневая, масло сливочное гост, соль йодированная*	Калорийнос-205, Белок-9, Жиры-10, углеводы-33
200	**Чай с сахаром** *сахар-песок, чай чёрный*	Калорийнос-93, углеводы-25
60	**Хлебцы из кукурузной или рисовой муки**	Калорийнос-141, Белок-5, Жиры-1, углеводы-29
	Итого за Обед	Калорийнос-649, Белок-26, Жиры-33, углеводы-110
	Итого за день	Калорийнос-649, Белок-26, Жиры-33, углеводы-110

Директор

Зав. производством

Директор

109-71

ООО "Восход-НТ"

12.10.2026 (понедельник)

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**	Калорийнос-75, Белок-5, Жиры-6
250/10	**Каша вязкая пшенная с маслом сливочным** *молоко, крупа пшено шлифованное, масло сливочное гост 72,5%, сахар-песок, соль йодированная*	Калорийнос-329, Белок-11, Жиры-13, углеводы-49
200	**Кисель** *кисель плодово-ягодный, сахар-песок*	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-721, Белок-21, Жиры-21, углеводы-125
	Обед	
250	**Суп картофельный с бобовыми** *картофель свежий, горох колотый, тушка цыплёнка-бройлера 1 сорт, морковь свежая, лук репчатый, масло подсолнечное*	Калорийнос-216, Белок-6, Жиры-9, углеводы-66
20	**Гренки из пшеничного хлеба**	Калорийнос-49, Белок-2, углеводы-10
80/50	**Биточки мясные с соусом** *окорок б/к, молоко, хлеб "крестьянский", сухари панировочные, масло подсолнечное*	Калорийнос-252, Белок-16, Жиры-17, углеводы-10
180	**Каша гречневая рассыпчатая** *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-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-986, Белок-38, Жиры-39, углеводы-178
	Итого за день	Калорийнос-1 707, Белок-59, Жиры-60, углеводы-303

Директор _____

Зав. производством _____

Директор _____ 262-89

12.10.2026 (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**	Калорийнос-76, Белок-1, углеводы-76
200/10	**Каша вязкая пшенная с маслом сливочным** *молоко, крупа пшено шлифованное, масло сливочное гост 72,5%, сахар-песок, соль йодированная*	Калорийнос-266, Белок-9, Жиры-11, углеводы-39
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 Завтрак	Калорийнос-658, Белок-14, Жиры-12, углеводы-131
	Обед	
200	**Суп картофельный с бобовыми** *картофель свежий, горох колотый, тушка цыплёнка-бройлера 1 сорт, морковь свежая, лук репчатый, масло подсолнечное, петрушка сушёная*	Калорийнос-173, Белок-4, Жиры-7, углеводы-53
20	**Гренки из пшеничного хлеба**	Калорийнос-49, Белок-2, углеводы-10
70/30	**Шницель из свинины с соусом** *окорок б/к, сухари панировочные, масло сливочное гост 72,5%, яйцо куриное, соль йодированная*	Калорийнос-161, Белок-9, Жиры-17, углеводы-18
150	**Каша гречневая рассыпчатая** *крупа гречневая, масло сливочное гост 72,5%, соль йодированная*	Калорийнос-205, Белок-9, Жиры-10, углеводы-33
200	**Чай с сахаром** *сахар-песок, чай чёрный*	Калорийнос-60, углеводы-15
20	**Хлеб пшеничный**	Калорийнос-48, Белок-2, углеводы-10
30	**Хлеб ржаной**	Калорийнос-64, Белок-1, Жиры-1, углеводы-15
	Итого за Обед	Калорийнос-761, Белок-27, Жиры-35, углеводы-153
	Итого за день	Калорийнос-1419 , Белок-59, Жиры-47, углеводы-284

Директор _____

Зав. производством _____

Директор _____

222-18

ООО "Восход-НТ"

13.10.2026 (вторник)

МАОУ СОШ №14 1-4 кл.

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак	
70/30	**Зразы рубленые (свинина)с соусом** *окорок б к, лук репчатый, хлеб "крестьянский", сухари панировочные, яйцо куриное, масло подсолнечное*	Калорийнос-358, Белок-25, Жиры-26, углеводы-32
150	**Макаронные изделия отварные** *макаронные изделия, масло сливочное гост, соль йодированная*	Калорийнос-227, Белок-5, Жиры-5, углеводы-16
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
	Итого за Завтрак	Калорийнос-814, Белок-33, Жиры-33, углеводы-102
	Итого за день	Калорийнос-814, Белок-33, Жиры-33, углеводы-102

92-46

Директор

Зав. производством

Директор

ООО "Восход-НТ"

13.10.2026 (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-272, Белок-7, Жиры-5, углеводы-20
	макаронные изделия, масло сливочное гост, соль йодированная	
200	***Чай с сахаром***	Калорийнос-92, Белок-1, углеводы-24
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-1075, Белок-46, Жиры-43, углеводы-125
	Итого за день	Калорийнос-1075, Белок-46, Жиры-43, углеводы-125

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

ООО "Восход-НТ"

13.10.2026 (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	***Каша гречневая рассыпчатая***	Калорийнос-246, Белок-11, Жиры-12, углеводы-39
	крупа гречневая, масло сливочное гост, соль йодированная	
200	***Чай с сахаром***	Калорийнос-92, Белок-1, углеводы-24
70	***Хлебцы из кукурузной или рисовой муки***	Калорийнос-141, Белок-5, Жиры-1, углеводы-29
	Итого за Завтрак	Калорийнос-1075, Белок-46, Жиры-43, углеводы-125
	Итого за день	Калорийнос-1075, Белок-46, Жиры-43, углеводы-125

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

13.10.2026 (вторник)

МАОУ СОШ №14 1-4 ДОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак	
70/300	**Зразы рубленые (свинина)с соусом** *окорок б к, лук репчатый, хлеб "крестьянский", сухари панировочные, яйцо куриное, масло подсолнечное*	Калорийнос-358, Белок-25, Жиры-26, углеводы-32
150	**Макаронные изделия отварные** *макаронные изделия, масло сливочное гост 72,5%, соль йодированная*	Калорийнос-303, Белок-7, Жиры-6, углеводы-22
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-883, Белок-36, Жиры-34, углеводы-106
	Обед	
200/10	**Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне** *капуста свежая, картофель свежий, тушка цыплёнка-бройлера 1 сорт, сметана 20%, морковь свежая, лук репчатый, масло подсолнечное, петрушка сушёная, соль йодированная*	Калорийнос-189, Белок-14, Жиры-8, углеводы-21
70/30	**Котлеты рубленые из бройлеров-цыплят с соусом** *тушка цыплёнка-бройлера 1 сорт, хлеб "крестьянский", лук репчатый, сухари панировочные, масло подсолнечное, соль йодированная*	Калорийнос-107, Белок-2, Жиры-3, углеводы-17
150	**Рис припущенный** *крупа рис , масло сливочное гост 72,5%, соль йодированная*	Калорийнос-256, Белок-4, Жиры-5, углеводы-52
200	**Компот из смеси сухофруктов** *смесь компотная, сахар-песок*	Калорийнос-108, угливоды-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-745, Белок-23, Жиры-18, углеводы-135
	Итого за день	Калорийнос-1 628, Белок-59, Жиры-52, углеводы-241

Директор _____ Зав. производством _____ Директор _____ **222-18**

13.10.2026 (вторник)

МАОУ СОШ №14 5-11 ДОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак	
15	**Масло сливочное**	Калорийнос-112, Жиры-12
250/10	**Каша пшеничная с маслом сливочным** *молоко, крупа пшено шлифованное, масло сливочное гост 72,5%, сахар-песок, соль йодированная*	Калорийнос-600, Белок-30, Жиры-29, углеводы-124
200	**Чай с сахаром** *сахар-песок, чай чёрный*	Калорийнос-87, углеводы-23
40	**Хлеб пшеничный**	Калорийнос-96, Белок-3, Жиры-1, углеводы-19
35	**Хлеб ржаной**	Калорийнос-75, Белок-2, Жиры-1, углеводы-17
	Итого за Завтрак	Калорийнос-969, Белок-35, Жиры-43, углеводы-184
	Обед	
250/10	**Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне** *капуста свежая, картофель свежий, тушка цыплёнка-бройлера 1 сорт, сметана 20%, морковь свежая, лук репчатый, масло подсолнечное, соль йодированная*	Калорийнос-235, Белок-17, Жиры-10, углеводы-26
80/50	**Зразы рубленые с соусом молочным** *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"*	Калорийнос-465, Белок-32, Жиры-34, углеводы-42
180	**Макаронные изделия отварные** *макаронные изделия, масло сливочное гост 72.5%, соль йодированная*	Калорийнос-363, Белок-9, Жиры-7, углеводы-26
200	**Компот из свежих плодов** *яблоки, сахар-песок*	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-1 395, Белок-62, Жиры-53, углеводы-147
	Итого за день	Калорийнос-2 364, Белок-97, Жиры-96, углеводы-331

Директор _____

Зав. производством _____

Директор _____

262-89

ООО "Восход-НТ"

14.10.2026 (среда)

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-66, Жиры-7
220/10	***Каша вязкая рисовая с маслом сливочным***	Калорийнос-284, Белок-14, Жиры-18, углеводы-14
	молоко, крупа рис , масло сливочное гост 72,5%, сахар-песок, соль йодированная	
200	***Чай с лимоном***	Калорийнос-63, углеводы-15
	сахар-песок, лимоны свежие, 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	Калорийнос-558, Белок-19, Жиры-28, углеводы-59
	Итого за день	Калорийнос-558, Белок-19, Жиры-28, углеводы-59

92-46

Директор _____

Зав. производством _____

Директор _____

ООО "Восход-НТ"

14.10.2026 (среда)

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		
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	***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-853, Белок-23, Жиры-29, углеводы-124	
	Итого за день	Калорийнос-853, Белок-23, Жиры-29, углеводы-124	

109-71

Директор _____ Зав. производством _____ Директор _____

ООО "Восход-НТ"

14.10.2026 (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

109-71

Директор _____ Зав. производством _____ Директор _____

14.10.2026 (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
250/10	**Каша вязкая молочная "Дружба" с маслом сливочным** *молоко, крупа пшено шлифованное, крупа рис , масло сливочное гост 72,5%, сахар-песок, соль йодированная*	Калорийнос-386, Белок-18, Жиры-20, углеводы-42
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-723, Белок-22, Жиры-21, углеводы-119
	Обед	
250	**Рассольник ленинградский на курином бульоне** *картофель свежий, морковь свежая, крупа перловая, лук репчатый, масло подсолнечное, соль йодированная*	Калорийнос-92, Белок-9, Жиры-5, углеводы-22
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 Обед	Калорийнос-942, Белок-34, Жиры-34, углеводы-143
	Итого за день	Калорийнос-1 664, Белок-56, Жиры-55, углеводы-262

262-89

Директор _____

Зав. производством _____

Директор _____

14.10.2026 (среда)

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**	Калорийнос-66, Жиры-7
220/10	**Каша вязкая рисовая с маслом сливочным** *молоко, крупа рис , масло сливочное гост 72,5%, сахар-песок, соль йодированная*	Калорийнос-284, Белок-14, Жиры-18, углеводы-14
200	**Чай с лимоном** *сахар-песок, лимоны свежие, чай чёрный*	Калорийнос-63, 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 Завтрак	Калорийнос-558, Белок-19, Жиры-28, углеводы-59
	Обед	
200/10	**Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне** *тушка цыплёнка-бройлера 1 сорт, свекла свежая, капуста свежая, картофель свежий, морковь свежая, лук репчатый, сметана 20%, томатная паста "кухмастер", масло подсолнечное, петрушка сушёная, сахар-песок, соль йодированная, лимонная кислота*	Калорийнос-147, Белок-2, Жиры-4, углеводы-15
240	**Плов из бройлеров-цыплят** *тушка цыплёнка-бройлера 1 сорт, крупа рис , морковь свежая, томатная паста "кухмастер", лук репчатый, масло подсолнечное, соль йодированная*	Калорийнос-540, Белок-17, Жиры-23, углеводы-62
200	**Компот из смеси сухофруктов** *смесь компотная, сахар-песок*	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-883, Белок-23, Жиры-28, углеводы-121
	Итого за день	Калорийнос-1 441, Белок-42, Жиры-56, углеводы-180

222-18

Директор _____ Зав. производством _____

Директор _____

15.10.2026 (четверг)

МАОУ СОШ №14 1-4 кл.

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	Завтрак		
50	***Повидло***	Калорийнос-190, углеводы-40	
200	***Макаронные изделия с твердым сыром*** *макаронные изделия, сыр твердый, масло сливочное гост 72,5%*	Калорийнос-269, Белок-10, Жиры-9, углеводы-37	
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 Завтрак	Калорийнос-706, Белок-16, Жиры-11, углеводы-134	
	Итого за день	Калорийнос-706, Белок-16, Жиры-11, углеводы-134	***92-46***

Директор _____ Зав. производством _____ Директор _____

Российская федерация, Свердловская область, г. Верхняя Салда «Муниципальное автономное общеобразовательное общеобразовательная школа №14» * ИНН 6607006861 * ОГРН 1026600785595 * Школа №14

Российская федерация Свердловская обл. г. Нижний Тагил Общество с ограниченной ответственностью * ИНН 6623110362 * ОГРН 1156623003123 * «Восход-НТ»

ООО "Восход-НТ"

15.10.2026 (четверг)

МАОУ СОШ №14 5-11 кл.

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак	
50	**Повидло**	Калорийнос-190, углеводы-40
220	**Макаронные изделия с твердым сыром** *макаронные изделия, сыр твердый, масло сливочное гост 72,5%*	Калорийнос-296, Белок-11, Жиры-10, углеводы-41
200/15	**Чай с сахаром** *сахар-песок, кисель*	Калорийнос-87, углеводы-23
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-754, Белок-17, Жиры-12, углеводы-143
	Итого за день	Калорийнос-754, Белок-17, Жиры-12, углеводы-143

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

ООО "Восход-НТ"

15.10.2026 (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-484, Белок-29, Жиры-41, углеводы-62
180	**Каша гречневая рассыпчатая** *крупа гречневая, масло сливочное гост, соль йодированная*	Калорийнос-246, Белок-11, Жиры-12, углеводы-39
200	**Чай с сахаром** *сахар-песок, чай чёрный*	Калорийнос-93, углеводы-25
60	**Хлебцы из кукурузной или рисовой муки**	Калорийнос-141, Белок-5, Жиры-1, углеводы-29
	Итого за Обед	Калорийнос-739, Белок-24, Жиры-30, углеводы-106
	Итого за день	Калорийнос-739 Белок-24, Жиры-30, углеводы-106

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

15.10.2026 (четверг)

МАОУ СОШ №14 5-11 ДОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак	
50	**Повидло**	Калорийнос-190, углеводы-40
220	**Макаронные изделия с твердым сыром** *макаронные изделия, сыр твердый, масло сливочное гост 72,5%*	Калорийнос-296, Белок-11, Жиры-10, углеводы-41
200	**Чай с сахаром** *сахар-песок, чай чёрный*	Калорийнос-87, углеводы-23
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-754, Белок-17, Жиры-12, углеводы-143
	Обед	
250	**Рассольник ленинградский на курином бульоне** *картофель свежий, морковь свежая, крупа перловая, лук репчатый, масло подсолнечное, соль йодированная*	Калорийнос-92, Белок-9, Жиры-5, углеводы-22
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	**Каша гречневая рассыпчатая** *крупа гречневая, масло сливочное гост 72,5%, соль йодированная*	Калорийнос-246, Белок-11, Жиры-12, углеводы-39
200	**Кисель** *кисель плодово-ягодный, сахар-песок*	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 Обед	Калорийнос-1 138, Белок-54, Жиры-60, углеводы-200
	Итого за день	Калорийнос-1 892, Белок-72, Жиры-72, углеводы-344

Директор _____

Зав. производством _____

Директор _____

262-81

15.10.2026 (четверг)

МАОУ СОШ №14 1-4 ДОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	Завтрак		
50	**Повидло**	Калорийнос-190, углеводы-40	
200	**Макаронные изделия с твердым сыром** *макаронные изделия, сыр твердый, масло сливочное гост 72,5%*	Калорийнос-269, Белок-10, Жиры-9, углеводы-37	
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 Завтрак	Калорийнос-706, Белок-16, Жиры-11, углеводы-134	
	Обед		
200/10	**Рассольник ленинградский на курином бульоне** *картофель свежий, огурцы консерв., морковь свежая, крупа перловая, лук репчатый, масло подсолнечное, соль йодированная*	Калорийнос-77, Белок-8, Жиры-4, углеводы-19	
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 рассыпчатая** *крупа гречневая, масло сливочное гост 72,5%, соль йодированная*	Калорийнос-205, Белок-9, Жиры-10, углеводы-33	
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-947, Белок-44, Жиры-47, углеводы-171	
	Итого за день	Калорийнос-1 653, Белок-60, Жиры-58, углеводы-305	**222-18**

Директор

Зав. производством_____

Директор

222-18

ООО "Восход-НТ"

16.10.2026 (пятница)

МАОУ СОШ №14 1-4 кл.

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	Завтрак		
10	**Сыр твердый**	Калорийнос-38, Белок-2, Жиры-3	
220/10	**Каша пшеничная с маслом сливочным** *молоко, крупа пшено шлифованное, сахар-песок, масло сливочное гост 72,5%, соль йодированная*	Калорийнос-189, Белок-4, Жиры-8, углеводы-24	
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-481, Белок-12, Жиры-15, углеводы-77	
	Итого за день	Калорийнос-481, Белок-12, Жиры-15, углеводы-77	**92-46**

Директор

Зав. производством

Директор

ООО "Восход-НТ"

16.10.2026 (пятница)

МАОУ СОШ №14 5-11 кл.

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак	
15	**Сыр твердый**	Калорийнос-57, Белок-4, Жиры-5
250/10	**Каша пшеничная с маслом сливочным** *молоко, крупа пшеничная, масло сливочное гост 72 5% сахар-песок, соль йодированная*	Калорийнос-214, Белок-5, Жиры-9, углеводы-27
200	**Чай с сахаром** *Чай-заварка, сахар-песок*	Калорийнос-87, углеводы-23
40	**Хлеб пшеничный**	Калорийнос-96, Белок-3, Жиры-1, углеводы-19
35	**Хлеб ржаной**	Калорийнос-75, Белок-2, Жиры-1, углеводы-17
	Итого за Завтрак	Калорийнос-607, Белок-15, Жиры-17, углеводы-104
	Итого за день	Калорийнос-607, Белок-15, Жиры-17, углеводы-104

Директор

Зав. производством_____

Директор

109-71

ООО "Восход-НТ"

16.10.2026 (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	**Азу по-татарски (свинина)** *картофель свежий, окорок б/к, лук репчатый, огурцы консерв., томатная паста "кухмастер", масло подсолнечное, морковь свежая, чеснок свежий, мука пшеничная в/с, соль йодированная*	Калорийнос-422, Белок-18, Жиры-10, углеводы-40, углеводы-29
200	**Чай с лимоном** *ягоды с/м, сахар-песок*	Калорийнос-65, Белок-0,21, жиры-0,03,углеводы-74,1
60	**Хлебцы из кукурузной или рисовой муки**	Калорийнос-141, Белок-5, Жиры-1, углеводы-29
	Итого за Завтрак	Калорийнос-707, Белок-24, Жиры-11, углеводы-133
	Итого за день	Калорийнос-707, Белок-24, Жиры-11, углеводы-133

Директор

Зав. производством_____

Директор

109-71

16.10.2026 (пятница)

МАОУ СОШ №14 1-4 ДОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак	
10	**Сыр твердый**	Калорийнос-38, Белок-2, Жиры-3
220/10	**Каша пшеничная с маслом сливочным** *молоко, крупа пшено шлифованное, сахар-песок, масло сливочное гост 72,5%, соль йодированная*	Калорийнос-189, Белок-4, Жиры-8, углеводы-24
200	**Чай с сахаром** *сахар-песок, чай чёрный*	Калорийнос-87, углеводы-23
30	**Хлеб пшеничный**	Калорийнос-78, Белок-2, Жиры-1, углеводы-16
30	**Хлеб ржаной**	Калорийнос-90, Белок-3, Жиры-3, углеводы-13
	Итого за Завтрак	Калорийнос-481, Белок-12, Жиры-15, углеводы-77
	Обед	
200	**Суп картофельный с пшеном на курином бульоне** *картофель свежий, тушка цыплёнка-бройлера 1 сорт, сметана 20%, крупа пшено шлифованное, морковь свежая, лук репчатый, масло сливочное гост 72,5%, масло подсолнечное, лавровый лист*	Калорийнос-128, Белок-5, Жиры-12, углеводы-16
240	**Азу по-татарски (свинина)** *картофель свежий, окорок б/к, лук репчатый, огурцы консерв., томатная паста "кухмастер", масло подсолнечное, морковь свежая, чеснок свежий, мука пшеничная в/с, соль йодированная*	Калорийнос-362, Белок-16, Жиры-9, углеводы-35, углеводы-25
200	**Компот из смеси сухофруктов** *смесь компотная, сахар-песок*	Калорийнос-60, углеводы-15
30	**Хлеб пшеничный**	Калорийнос-78, Белок-2, Жиры-1, углеводы-16
30	**Хлеб ржаной**	Калорийнос-90, Белок-3, Жиры-3, углеводы-13
	Итого за Обед	Калорийнос-717, Белок-26, Жиры-24, углеводы-120
	Итого за день	Калорийнос-1 198, Белок-38, Жиры-39, углеводы-196

123-02

Директор _____ Зав. производством _____

Директор _____

ООО "Восход-НТ"

16.10.2026 (пятница)

МАОУ СОШ №14 5-11 ДОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак	
15	**Сыр твердый**	Калорийнос-57, Белок-4, Жиры-5
250/10	**Каша Дружба на молоке с маслом сливочным** *молоко, крупа пшено шлифованное, крупа рис , масло сливочное гост 72,5%, сахар-песок, соль йодированная*	Калорийнос-293, Белок-6, Жиры-11, углеводы-44
200	**Чай с сахаром** *сахар-песок, чай чёрный*	Калорийнос-87, углеводы-23
40	**Хлеб пшеничный**	Калорийнос-96, Белок-3, Жиры-1, углеводы-19
35	**Хлеб ржаной**	Калорийнос-75, Белок-2, Жиры-1, углеводы-17
	Итого за Завтрак	Калорийнос-607, Белок-15, Жиры-17, углеводы-104
	Обед	
250	**Суп картофельный с пшеном на курином бульоне** *картофель свежий, тушка цыплёнка-бройлера 1 сорт, сметана 20%, крупа пшено шлифованное, морковь свежая, лук репчатый, масло сливочное гост 72,5%, масло подсолнечное, лавровый лист*	Калорийнос-167, Белок-6, Жиры-15, углеводы-22
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	**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 Обед	Калорийнос-810, Белок-30, Жиры-27, углеводы-140
	Итого за день	Калорийнос-1 417, Белок-44, Жиры-44, углеводы-243

Директор _____

Зав. производством _____

Директор _____

262-81

ООО "Восход-НТ"

12.10.2026 (понедельник)

МАОУ СОШ №14 Комплексные обеды 100 рублей

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-60, углеводы-15
20	Хлеб пшеничный	Калорийнос-48, Белок-2, углеводы-10
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-715, Белок-20, Жиры-20, углеводы-157
	Итого за день	Калорийнос-715, Белок-20, Жиры-20, углеводы-157

ООО "Восход-НТ"

13.10.2026 (вторник)

МАОУ СОШ №14 Комплексные обеды 100 рублей

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Обед	
250/10	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне	Калорийнос-235, Белок-17, Жиры-10, углеводы-26
207	Чай с лимоном	Калорийнос-65, углеводы-16
30	Хлеб пшеничный	Калорийнос-72, Белок-2, Жиры-1, углеводы-14
20	Хлеб ржаной	Калорийнос-43, Белок-1, Жиры-1, углеводы-10
100	Булочка с корицей	Калорийнос-221, Белок-6, Жиры-5, углеводы-38
	Итого за Обед	Калорийнос-635, Белок-26, Жиры-16, углеводы-105
	Итого за день	Калорийнос-635, Белок-26, Жиры-16, углеводы-105

ООО "Восход-НТ"

14.10.2026 (среда)

МАОУ СОШ №14 Комплексные обеды 100 рублей

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Обед	
250/10	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне	Калорийнос-182, Белок-3, Жиры-5, углеводы-19
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийнос-108
30	Хлеб пшеничный	Калорийнос-72, Белок-2, Жиры-1, углеводы-14
20	Хлеб ржаной	Калорийнос-43, Белок-1, Жиры-1, углеводы-10
100	Булочка с маком	Калорийнос-292, Белок-12, Жиры-13, углеводы-39
	Итого за Обед	Калорийнос-698, Белок-19, Жиры-19, углеводы-82
	Итого за день	Калорийнос-698, Белок-19, Жиры-19, углеводы-82

ООО "Восход-НТ"

15.10.2026 (четверг)

МАОУ СОШ №14 Комплексные обеды 100 рублей

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Обед	
250/10	Рассольник ленинградский на курином бульоне	Калорийнос-95, Белок-9, Жиры-5, углеводы-23
40	Хлеб пшеничный	Калорийнос-96, Белок-3, Жиры-1, углеводы-19
20	Хлеб ржаной	Калорийнос-43, Белок-1, Жиры-1, углеводы-10
100	Гребешок с повидлом	Калорийнос-294, Белок-12, Жиры-12, углеводы-37
	Итого за Обед	Калорийнос-528, Белок-25, Жиры-19, углеводы-90
	Итого за день	Калорийнос-528, Белок-25, Жиры-19, углеводы-90

ООО "Восход-НТ"

16.10.2026 (пятница)

МАОУ СОШ №14 Комплексные обеды 100 рублей

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Обед	
250	Суп картофельный с пшеном на курином бульоне	Калорийнос-229, Белок-9, Жиры-21, углеводы-30
200	Компот из ягод (замор.)	Калорийнос-144, Белок-1, углеводы-35
30	Хлеб пшеничный	Калорийнос-72, Белок-2, Жиры-1, углеводы-14
20	Хлеб ржаной	Калорийнос-43, Белок-1, Жиры-1, углеводы-10
100	Булочка дорожная	Калорийнос-264, Белок-10, Жиры-11, углеводы-33
	Итого за Обед	Калорийнос-751, Белок-23, Жиры-33, углеводы-123
	Итого за день	Калорийнос-751, Белок-23, Жиры-33, углеводы-123

Директор _____ Зав производством _____ Директор _____

ООО "Восход-НТ"

12.10.2026 (понедельник)

МАОУ СОШ №14 Комплексные обеды 140 рублей

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Обед	
100	*Шницель из свинины*	Калорийнос-242, Белок-14, Жиры-25, углеводы-26
180	*Каша гречневая рассыпчатая*	Калорийнос-205, Белок-9, Жиры-10, углеводы-33
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-865, Белок-33, Жиры-44, углеводы-141
	Итого за день	Калорийнос-865, Белок-33, Жиры-44, углеводы-141

ООО "Восход-НТ"

13.10.2026 (вторник)

МАОУ СОШ №14 Комплексные обеды 140 рублей

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	*Рис припущенный*	Калорийнос-307, Белок-4, Жиры-6, углеводы-63
207	*Чай с лимоном*	Калорийнос-65, углеводы-16
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 корицей*	Калорийнос-166, Белок-4, Жиры-3, углеводы-29
	Итого за Обед	Калорийнос-824, Белок-28, Жиры-27, углеводы-162
	Итого за день	Калорийнос-824, Белок-28, Жиры-27, углеводы-162

ООО "Восход-НТ"

14.10.2026 (среда)

МАОУ СОШ №14 Комплексные обеды 140 рублей

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Обед	
280	*Плов из бройлеров-цыплят*	Калорийнос-630, Белок-20, 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	Калорийнос-1 167, Белок-36, Жиры-41, углеводы-141
	Итого за день	Калорийнос-1 167, Белок-36, Жиры-41, углеводы-141

ООО "Восход-НТ"

15.10.2026 (четверг)

МАОУ СОШ №14 Комплексные обеды 140 рублей

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Обед	
100	*Тефтели 2 вариант (свинина)*	Калорийнос-259, Белок-8, Жиры-18, углеводы-13
180	*Каша гречневая рассыпчатая*	Калорийнос-246, Белок-11, Жиры-12, углеводы-39
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
100	*Гребешок с повидлом*	Калорийнос-294, Белок-12, Жиры-12, углеводы-37
	Итого за Обед	Калорийнос-1 091, Белок-35, Жиры-43, углеводы-161
	Итого за день	Калорийнос-1 091, Белок-35, Жиры-43, углеводы-161

ООО "Восход-НТ"

16.10.2026 (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	*Азу по-татарски (свинина)*	Калорийнос-422, Белок-18, Жиры-10, углеводы-40, углеводы-29
200	*Компот из ягод (замор.)*	Калорийнос-144, Белок-1, углеводы-35
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-966, Белок-33, Жиры-23, углеводы-167
	Итого за день	Калорийнос-966, Белок-33, Жиры-23, углеводы-167

Директор _____

Зав. производством _____

Директор _____