

МЕНЮ МАОУ СОШ №14 корпус 2

28 апреля 2025 г.

195,02 руб Обед 5-11 кл (льготное питание)

№ рецептуры	Пищевые вещества			Энергет. ценн. Ккал	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры	Уг/в				
14/2003	0,96	6,99	6,51	100	Салат Витаминный с квашеной капустой 100	100	195,02 руб
138/1996	8,90	6,78	40,89	262	Суп картофельный с бобовыми с гренками 250/20	270	
260/2015	10,84	26,19	2,89	309	Гуляш 100 (СОШ_2018), 50/50, свинина	100	
273, 460/1996	6,40	5,87	42,71	254	Макароны отварные	180	
349/2015	0,99	0,09	22,03	93	Компот из смеси сухофруктов (СОШ_2018) сахар 10г	200	
покупное/	2,37	0,30	14,49	71	Хлеб пшеничный 30 (СОШ_2018)	30	
покупное/	3,96	0,72	20,04	104	Хлеб ржаной 60 (СОШ_2018)	60	
	33,89	48,94	151,56	1193	Итого		

330,03 руб ДОВЗ (5-11 кл)

№ рецептуры	Пищевые вещества			Энергет. ценн. Ккал	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры	Уг/в				
338/2015	0,40	0,40	9,90	47	Яблоко 100	100	330,03 руб
284/1996	20,96	28,82	3,75	358	Омлет натуральный 200	200	
54-5гн/2018	0,30	0,60	7,10	35	Чай с облепихой и сахаром 200 (СОШ_2022)	200	
покупное/	3,95	0,50	24,15	118	Хлеб пшеничный 50 (СОШ_2018)	50	
					Итого		
14/2003	0,96	6,99	6,51	100	Салат Витаминный с квашеной капустой 100	100	
138/1996	8,90	6,78	40,89	262	Суп картофельный с бобовыми с гренками 250/20	270	
260/2015	10,84	26,19	2,89	309	Гуляш 100 (СОШ_2018), 50/50, свинина	100	
273, 460/1996	6,40	5,87	42,71	254	Макароны отварные	180	
349/2015	0,99	0,09	22,03	93	Компот из смеси сухофруктов (СОШ_2018) сахар 10г	200	
покупное/	2,37	0,30	14,49	71	Хлеб пшеничный 30 (СОШ_2018)	30	
покупное/	3,96	0,72	20,04	104	Хлеб ржаной 60 (СОШ_2018)	60	
	59,50	79,26	196,36	1751	Итого		

135,01 руб Завтрак 5-11 кл (льготное питание)

№ рецептуры	Пищевые вещества			Энергет. ценн. Ккал	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры	Уг/в				
338/2015	0,40	0,40	9,90	47	Яблоко 100	100	135,01 руб
210/2015	16,58	33,10	3,52	308	Омлет натуральный 200 (СОШ_2018)	200	
54-5гн/2018	0,30	0,60	7,10	35	Чай с облепихой и сахаром 200 (СОШ_2022)	200	
покупное/	3,95	0,50	24,15	118	Хлеб пшеничный 50 (СОШ_2018)	50	
	23,23	34,60	44,57	588	Итого		

Абонемент платного питания №2

№ рецептуры	Пищевые вещества			Энергет. ценн. Ккал	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры	Уг/в				
23/1997	2,30	2,90	0,00	38	Сыр порциями 10	10	71,0 руб
284/271	11,07	15,40	2,04	191	Омлет натуральный 110	110	
528/1996	0,10	0,03	15,28	62	Чай с сахаром 200/15	215	
покупное	3,95	0,50	24,15	118	Хлеб пшеничный 50 (СОШ_2018)	50	
	17,42	18,83	41,47	409	Итого		

Абонемент платного питания №3

№ рецептуры	Пищевые вещества			Энергет. ценн. Ккал	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры	Уг/в				
138/1996	7,73	5,67	36,90	232	Суп картофельный с бобовыми с гренками 200/20	220	107,0 руб
260/2015	9,58	25,37	2,80	278	Гуляш 90 (СОШ_2018), 45/45, свинина	90	
273, 460/1996	5,33	4,89	35,59	212	Макароны отварные	150	
528/1996	0,16	0,03	15,49	64	Чай с сахаром, с лимоном 200/15/7	222	
424/2005	4,53	6,70	30,44	198	Булочка Домашняя 50	50	
покупное/	1,98	0,25	12,08	59	Хлеб пшеничный 25 (СОШ_2018)	25	
покупное/	1,65	0,30	8,35	44	Хлеб ржаной 25 (СОШ_2018)	25	
	30,55	28,91	161,15	1087	Итого		

Абонемент платного питания №4

№ рецептуры	Пищев. ве-ва			Энергет. ценн. Ккал	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры	Уг-ды				
740/2004	6,87	6,80	37,45	213	Шанежка с наливкой 75	75	51,0 руб
покупное/	0,00	0,00	19,00	80	Напиток Вале́тек витаминный (СОШ_2018)	200	
	6,87	6,80	56,45	293	Итого		

Абонемент платного питания №6

№ рецептуры	Пищевые вещества			Энергет. ценн. Ккал	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры	Уг/в				
338/2015	0,4	0,4	9,9	47	Яблоко 100	100	135,01 руб
210/2015	16,58	33,1	3,52	308	Омлет натуральный 200 (СОШ_2018)	200	
528/1996	0,16	0,03	15,49	64	Чай с сахаром, с лимоном 200/15/7	222	
покупное	2,37	0,3	14,49	71	Хлеб пшеничный 30 (СОШ_2018)	30	
	21,51	33,83	43,30	588	Итого		

Технолог

Зав. производством

Согласовано, директор школы

ОМС-Лечебное питание»
Для меню и
технологических карт

МЕНЮ МАОУ СОШ №14 корпус 2

29 апреля 2025 г.

195,02 руб Обед 5-11 кл (льготное питание)

№ рецептуры	Пищевые вещества			Энергет. ценность. Ккал	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры	Уг/в				
67/2015	1,40	10,04	7,29	125	Винегрет овощной 100 (СОШ_2018)	100	195,02 руб
129/1996	2,41	6,88	17,12	134	Рассольник ленинградский со сметаной 250/5	255	
229/2015	9,75	4,95	3,80	105	Рыба, тушеная в томате с овощами (минтай) 100 (СОШ_2018)	100	
472/1996	3,89	6,88	26,41	182	Картофельное пюре	180	
покупное/	0,60	0,00	33,00	136	Сок в ассортименте 200 (СОШ_2018)	200	
покупное/	3,95	0,50	24,15	118	Хлеб пшеничный 50 (СОШ_2018)	50	
покупное/	3,96	0,72	20,04	104	Хлеб ржаной 60 (СОШ_2018)	60	
	32,88	34,52	141,57	1007	Итого		

330,03 руб ДОВЗ (5-11 кл)

№ рецептуры	Пищевые вещества			Энергет. ценность. Ккал	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры	Уг/в				
22/1997	0,05	8,25	0,08	75	Масло сливочное	10	330,03 руб
175/2015	6,08	11,18	33,48	260	Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом 200/10 (СОШ_2018)	210	
385/2015	5,80	5,00	9,80	107	Молоко кипяченое 200 (СОШ_2018)	200	
628/1996	0,10	0,03	15,28	62	Чай с сахаром 200/15	215	
покупное/	3,95	0,50	24,15	118	Хлеб пшеничный 50 (СОШ_2018)	50	
					Итого		
67/2015	1,40	10,04	7,29	125	Винегрет овощной 100 (СОШ_2018)	100	
129/1996	2,41	6,88	17,12	134	Рассольник ленинградский со сметаной 250/5	255	
229/2015	9,75	4,95	3,80	105	Рыба, тушеная в томате с овощами (минтай) 100 (СОШ_2018)	100	
472/1996	3,89	6,88	26,41	182	Картофельное пюре	180	
покупное/	0,60	0,00	33,00	136	Сок в ассортименте 200 (СОШ_2018)	200	
покупное/	3,95	0,50	24,15	118	Хлеб пшеничный 50 (СОШ_2018)	50	
покупное/	3,96	0,72	20,04	104	Хлеб ржаной 60 (СОШ_2018)	60	
	48,67	59,48	224,16	1629	Итого		

135,01 руб Завтрак 5-11 кл (льготное питание)

№ рецептуры	Пищевые вещества			Энергет. ценность. Ккал	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры	Уг/в				
22/1997	0,05	8,25	0,08	75	Масло сливочное	10	135,01 руб
175/2015	6,08	11,18	33,48	260	Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом 200/10 (СОШ_2018)	210	
385/2015	5,80	5,00	9,80	107	Молоко кипяченое 200 (СОШ_2018)	200	
628/1996	0,10	0,03	15,28	62	Чай с сахаром 200/15	215	
покупное/	3,95	0,50	24,15	118	Хлеб пшеничный 50 (СОШ_2018)	50	
	15,98	24,96	82,59	622	Итого		

Абонемент платного питания №2

№ рецептуры	Пищевые вещества			Энергет. ценность. Ккал	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры	Уг/в				
22/1997	0,05	8,25	0,08	75	Масло сливочное	10	71,0 руб
175/2015	6,08	11,18	33,48	260	Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом 200/10 (СОШ_2018)	210	
628/1996	0,10	0,03	15,28	64	Чай с сахаром, с лимоном 200/15/7	222	
покупное/	3,95	0,50	24,15	118	Хлеб пшеничный 50 (СОШ_2018)	50	
	10,24	19,96	73,20	517	Итого		

Абонемент платного питания №3

№ рецептуры	Пищевые вещества			Энергет. ценность. Ккал	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры	Уг/в				
129/1996	1,95	5,80	13,73	109	Рассольник ленинградский со сметаной 200/5	205	107,0 руб
229/2015	9,78	4,48	3,42	96	Рыба, тушеная в томате с овощами (минтай) 90 (СОШ_2018)	90	
472/1996	3,24	5,56	22,00	152	Картофельное пюре	150	
628/1996	0,10	0,03	15,28	62	Чай с сахаром 200/15	215	
408/2005	5,38	2,88	33,01	176	Пирожок с картофелем 75	75	
покупное/	1,98	0,25	12,08	50	Хлеб пшеничный 25 (СОШ_2018)	25	
покупное/	1,85	0,30	8,35	44	Хлеб ржаной 25 (СОШ_2018)	25	
	28,63	23,35	116,65	789	Итого		

Абонемент платного питания №4

№ рецептуры	Пищевые вещества			Энергет. ценность. Ккал	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры	Уг/в				
458/2005	4,08	7,51	40,63	247	Коржик молочный	60	51,0 руб
54-81/2018	0,30	0,00	7,30	31	Чай со смородиной и сахаром 200 (СОШ_2022)	200	
	4,38	7,51	47,93	278	Итого		

Абонемент платного питания №6

№ рецептуры	Пищевые вещества			Энергет. ценность. Ккал	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры	Уг/в				
22/1997	0,05	8,25	0,08	75	Масло сливочное	10	135,01 руб
175/2015	6,08	11,18	33,48	260	Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом 200/10 (СОШ_2018)	210	
385/2015	5,80	5,00	9,80	107	Молоко кипяченое 200 (СОШ_2018)	200	
628/1996	0,10	0,03	15,28	62	Чай с сахаром 200/15	215	
покупное/	3,95	0,50	24,15	118	Хлеб пшеничный 50 (СОШ_2018)	50	
	15,98	24,96	82,59	622	Итого		

Технолог

Зав. производством

Согласовано, директор школы

Для меню и
технологических карт

МЕНЮ МАОУ СОШ №14 корпус 2

30 апреля 2025 г.

195,02 руб Обед 5-11 кл (льготное питание)

№ рецептуры	Пищевые вещества			Энергет. ценн. Ккал	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры	Уг/в				
57/2016	1,20	4,73	7,70	78	Икра кабачковая (покупная) 100 (СОШ_2018)	100	195,02 руб
110/1996	2,11	8,85	13,51	116	Борщ с капустой и картофелем со сметаной 250/5	255	
28/12015	16,59	9,87	36,45	303	Плов из птицы 200 (СОШ_2018)	200	
покупной	0,00	0,00	19,00	80	Напиток витаминный (СОШ_2018)	200	
покупной	4,74	0,60	28,98	141	Хлеб пшеничный 60 (СОШ_2018)	60	
покупной	3,96	0,72	20,04	104	Хлеб ржаной 60 (СОШ_2018)	60	
	28,90	22,57	125,88	822	Итого		

330,03 руб ДОВЗ (5-11 кл)

№ рецептуры	Пищевые вещества			Энергет. ценн. Ккал	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры	Уг/в				
23/1997	2,30	2,90	0,00	38	Сыр порциями 10	10	330,03 руб
269, 331/2015	12,25	14,34	11,29	226	Биточки (особые) с соусом сметанно-томатным 70/30 (СОШ_2018)	100	
257, табл.4/271	8,67	15,12	42,45	327	Каша гречневая рассыпчатая 180	180	
629/1996	0,16	0,03	15,49	64	Чай с сахаром, с лимоном 200/15/7	222	
покупной	3,96	0,50	24,15	118	Хлеб пшеничный 50 (СОШ_2018)	50	
					Итого		
57/2016	1,20	4,73	7,70	78	Икра кабачковая (покупная) 100 (СОШ_2018)	100	330,03 руб
110/1996	2,11	8,85	13,51	116	Борщ с капустой и картофелем со сметаной 250/5	255	
28/12015	16,59	9,87	36,45	303	Плов из птицы 200 (СОШ_2018)	200	
покупной	0,00	0,00	19,00	80	Напиток витаминный (СОШ_2018)	200	
покупной	4,74	0,60	28,98	141	Хлеб пшеничный 60 (СОШ_2018)	60	
покупной	3,96	0,72	20,04	104	Хлеб ржаной 60 (СОШ_2018)	60	
	56,23	55,46	219,06	1595	Итого		

135,01 руб Завтрак 5-11 кл (льготное питание)

№ рецептуры	Пищевые вещества			Энергет. ценн. Ккал	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры	Уг/в				
23/1997	2,30	2,90	0,00	38	Сыр порциями 10	10	135,01 руб
269, 331/2015	12,25	14,34	11,29	226	Биточки (особые) с соусом сметанно-томатным 70/30 (СОШ_2018)	100	
257, табл.4/271	8,67	15,12	42,45	327	Каша гречневая рассыпчатая 180	180	
629/1996	0,16	0,03	15,49	64	Чай с сахаром, с лимоном 200/15/7	222	
покупной	3,95	0,50	24,15	118	Хлеб пшеничный 50 (СОШ_2018)	50	
	27,33	32,89	93,38	773	Итого		

Абонемент платного питания №2

№ рецептуры	Пищевые вещества			Энергет. ценн. Ккал	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры	Уг/в				
336/2015	0,40	0,40	9,80	47	Яблоко 100	100	71,0 руб
143/2017	3,11	13,25	15,35	196	Рагу из овощей 180 (СОШ_2018)	180	
629/1996	0,10	0,03	15,28	62	Чай с сахаром 200/15	215	
покупной	3,95	0,50	24,15	118	Хлеб пшеничный 50 (СОШ_2018)	50	
	7,56	14,18	64,58	423	Итого		

Абонемент платного питания №3

№ рецептуры	Пищевые вещества			Энергет. ценн. Ккал	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры	Уг/в				
110/1996	1,71	5,82	10,84	94	Борщ с капустой и картофелем со сметаной 200/5	205	107,0 руб
28/12015	12,67	7,40	27,34	227	Плов из птицы 150 (СОШ_2018)	150	
629/1996	0,16	0,03	15,49	64	Чай с сахаром, с лимоном 200/15/7	222	
740/2004	4,58	4,40	24,97	142	Шанежка с наливкой 50	50	
покупной	1,98	0,25	12,08	59	Хлеб пшеничный 25 (СОШ_2018)	25	
покупной	1,65	0,30	8,35	44	Хлеб ржаной 25 (СОШ_2018)	25	
	22,75	18,00	96,07	630	Итого		

Абонемент платного питания №4

№ рецептуры	Пищевые вещества			Энергет. ценн. Ккал	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры	Уг/в				
28/2006	14,56	14,42	36,60	348	Пицца с сыром Школьная	100	51,0 руб
629/1996	0,16	0,03	15,49	64	Чай с сахаром, с лимоном 200/15/7	222	
	14,72	14,45	55,09	412	Итого		

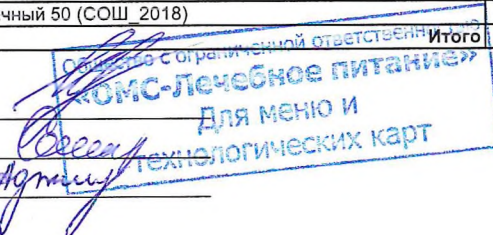
Абонемент платного питания №6

№ рецептуры	Пищевые вещества			Энергет. ценн. Ккал	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры	Уг/в				
23/1997	2,3	2,9	0	38	Сыр порциями 10	10	135,01 руб
269, 331/2015	12,25	14,34	11,29	226	Биточки (особые) с соусом сметанно-томатным 70/30 (СОШ_2018)	100	
257, табл.4/271	8,67	15,12	42,45	327	Каша гречневая рассыпчатая 180	180	
629/1996	0,16	0,03	15,49	64	Чай с сахаром, с лимоном 200/15/7	222	
покупной	3,95	0,50	24,15	118	Хлеб пшеничный 50 (СОШ_2018)	50	
	27,33	32,89	93,38	773	Итого		

Технолог

Зав. производством

Согласовано, директор школы



МЕНЮ МАОУ СОШ №14 корпус 2

5 мая 2025 г.

195,02 руб Обед 5-11 кл (льготное питание)

№ рецептуры	Пищевые вещества			Энергет. ценн. Ккал	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры	Уг/в				
39/2016	1,5	5,2	10	94	*Салат картофельный с капустой квашеной 100	100	195,02 руб
22/2022	2,35	5,11	16,38	121	Рассольник по-россошански 250 (СОШ 2022)	250	
27/2017	14,76	16,80	12,65	265	Тефтели (1 вариант) 70/30 (СОШ 2018)	100	
273, 46/1996	6,40	5,87	42,71	254	Макароны отварные	180	
39/2016	0,68	0,28	10,78	48	Напиток из плодов шиповника (СОШ 2018) сахар 10г	200	
покупное/	3,16	0,40	19,32	94	Хлеб пшеничный 40 (СОШ 2018)	40	
покупное/	3,96	0,72	20,04	104	Хлеб ржаной 60 (СОШ 2018)	60	
	32,81	34,38	131,88	980	Итого		

330,03 руб ДОВЗ (5-11 кл)

№ рецептуры	Пищевые вещества			Энергет. ценн. Ккал	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры	Уг/в				
покупное/	0,90	0,20	8,10	43	Апельсин 100 (СОШ 2018)	100	330,03 руб
284/1996	20,96	28,82	3,75	358	Омлет натуральный 200	200	
62/1996	0,10	0,03	15,28	62	Чай с сахаром 200/15	215	
покупное/	3,95	0,50	24,15	118	Хлеб пшеничный 50 (СОШ 2018)	50	
					Итого		
39/2016	1,5	5,2	10	94	*Салат картофельный с капустой квашеной 100	100	
22/2022	2,35	5,11	16,38	121	Рассольник по-россошански 250 (СОШ 2022)	250	
27/2017	14,76	16,80	12,65	265	Тефтели (1 вариант) 70/30 (СОШ 2018)	100	330,03 руб
273, 46/1996	6,40	5,87	42,71	254	Макароны отварные	180	
39/2016	0,68	0,28	10,78	48	Напиток из плодов шиповника (СОШ 2018) сахар 10г	200	
покупное/	3,16	0,40	19,32	94	Хлеб пшеничный 40 (СОШ 2018)	40	
покупное/	3,96	0,72	20,04	104	Хлеб ржаной 60 (СОШ 2018)	60	
	58,72	63,93	183,16	1561	Итого		

135,01 руб Завтрак 5-11 кл (льготное питание)

№ рецептуры	Пищевые вещества			Энергет. ценн. Ккал	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры	Уг/в				
покупное/	0,90	0,20	8,10	43	Апельсин 100 (СОШ 2018)	100	135,01 руб
284/1996	20,96	28,82	3,75	358	Омлет натуральный 200	200	
62/1996	0,10	0,03	15,28	62	Чай с сахаром 200/15	215	
покупное/	3,95	0,50	24,15	118	Хлеб пшеничный 50 (СОШ 2018)	50	
	25,91	29,55	51,28	581	Итого		

Абонемент платного питания №2

№ рецептуры	Пищевые вещества			Энергет. ценн. Ккал	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры	Уг/в				
22/1997	0,05	8,25	0,08	75	Масло сливочное	10	71,0 руб
284/271	11,07	15,40	2,04	191	Омлет натуральный 110	110	
62/1996	0,10	0,03	15,28	62	Чай с сахаром 200/15	215	
покупное	3,95	0,50	24,15	118	Хлеб пшеничный 50 (СОШ 2018)	50	
	15,17	24,18	41,55	446	Итого		

Абонемент платного питания №3

№ рецептуры	Пищевые вещества			Энергет. ценн. Ккал	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры	Уг/в				
22/2022	1,86	4,09	13,10	97	Рассольник по-россошански 200 (СОШ 2022)	200	107,0 руб
27/2017	12,71	14,61	11,10	230	Тефтели (1 вариант) 60/30 (СОШ 2018)	90	
273, 46/1996	5,33	4,89	35,59	212	Макароны отварные	150	
62/1996	0,16	0,03	15,49	64	Чай с сахаром, с лимоном 200/15/7	222	
424/2005	4,53	6,70	30,44	196	Булочка Домашняя 50	50	
покупное/	1,98	0,25	12,08	50	Хлеб пшеничный 25 (СОШ 2018)	25	
покупное/	1,65	0,30	8,35	44	Хлеб ржаной 25 (СОШ 2018)	25	
	33,14	30,06	125,79	925	Итого		

Абонемент платного питания №4

№ рецептуры	Пищев. ве-ва			Энергет. ценн. Ккал	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры	Уг-ды				
425/2005	6,13	11,47	41,82	294	Булочка Дорожная 75	75	51,0 руб
покупное/	0,60	0,00	33,00	136	Сок в ассортименте 200 (СОШ 2018)	200	
	6,73	11,47	74,82	430	Итого		

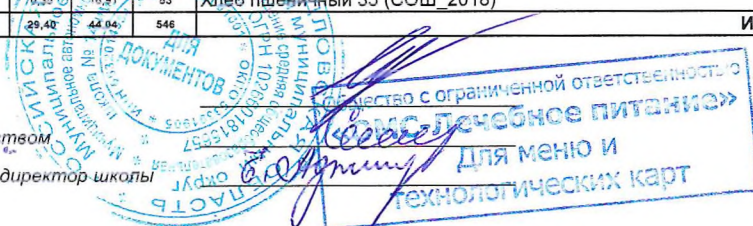
Абонемент платного питания №6

№ рецептуры	Пищевые вещества			Энергет. ценн. Ккал	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры	Уг/в				
покупное/	0,9	0,2	8,1	43	Апельсин 100 (СОШ 2018)	100	135,01 руб
284/1996	20,96	28,82	3,75	358	Омлет натуральный 200	200	
62/1996	0,1	0,03	15,28	62	Чай с сахаром 200/15	215	
покупное/	2,77	0,35	16,31	83	Хлеб пшеничный 35 (СОШ 2018)	35	
	24,73	29,40	42,94	546	Итого		

Технолог

Зав.производством

Согласовано, директор школы



МЕНЮ МАОУ СОШ №14 корпус 2

6 мая 2025 г.

195,02 руб Обед 5-11 кл (льготное питание)

№ рецептуры	Пищевые вещества			Энергет. ценн. Ккал	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры	Уг/в				
57/2016	1,20	4,73	7,70	78	Икра кабачковая (покупная) 100 (СОШ_2018)	100	195,02 руб
110/1996	2,11	6,85	13,51	116	Борщ с капустой и картофелем со сметаной 250/5	255	
373/1997	11,85	9,95	4,88	157	Рыба под сырной корочкой (минтай) 50/50	100	
472/1996	3,89	6,88	26,41	182	Картофельное пюре	180	
покупная/	0,60	0,00	33,00	136	Сок в ассортименте 200 (СОШ_2018)	200	
покупная/	3,95	0,50	24,15	118	Хлеб пшеничный 50 (СОШ_2018)	50	
покупная/	3,96	0,72	20,04	104	Хлеб ржаной 60 (СОШ_2018)	60	
	27,56	29,23	129,49	891	Итого		

330,03 руб ДОВЗ (5-11 кл)

№ рецептуры	Пищевые вещества			Энергет. ценн. Ккал	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры	Уг/в				
22/1997	0,05	8,25	0,08	75	Масло сливочное	10	330,03 руб
435/2016	10,15	6,86	48,74	297	Оладьи с творогом с молоком сгущенным 100/20 (СОШ_2018)	120	
257/1996	4,54	10,88	32,52	248	Каша молочная рисовая с маслом сливочным 150/10	160	
628/1996	0,16	0,03	15,49	64	Чай с сахаром, с лимоном 200/15/7	222	
покупная/	3,16	0,40	19,32	94	Хлеб пшеничный 40 (СОШ_2018)	40	
					Итого		
57/2016	1,20	4,73	7,70	78	Икра кабачковая (покупная) 100 (СОШ_2018)	100	
110/1996	2,11	6,85	13,51	116	Борщ с капустой и картофелем со сметаной 250/5	255	
373/1997	11,85	9,95	4,88	157	Рыба под сырной корочкой (минтай) 50/50	100	330,03 руб
472/1996	3,89	6,88	26,41	182	Картофельное пюре	180	
покупная/	0,60	0,00	33,00	136	Сок в ассортименте 200 (СОШ_2018)	200	
покупная/	3,95	0,50	24,15	118	Хлеб пшеничный 50 (СОШ_2018)	50	
покупная/	3,96	0,72	20,04	104	Хлеб ржаной 60 (СОШ_2018)	60	
	45,82	55,75	245,84	1669	Итого		

135,01 руб Завтрак 5-11 кл (льготное питание)

№ рецептуры	Пищевые вещества			Энергет. ценн. Ккал	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры	Уг/в				
22/1997	0,05	8,25	0,08	75	Масло сливочное	10	135,01 руб
435/2016	10,15	6,86	48,74	297	Оладьи с творогом с молоком сгущенным 100/20 (СОШ_2018)	120	
257/1996	4,54	10,88	32,52	248	Каша молочная рисовая с маслом сливочным 150/10	160	
628/1996	0,16	0,03	15,49	64	Чай с сахаром, с лимоном 200/15/7	222	
покупная/	3,16	0,40	19,32	94	Хлеб пшеничный 40 (СОШ_2018)	40	
	18,06	26,52	116,15	778	Итого		

Абонемент платного питания №2

№ рецептуры	Пищевые вещества			Энергет. ценн. Ккал	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры	Уг/в				
338/2015	0,40	0,40	9,80	47	Яблоко 100	100	71,0 руб
435/2016	10,15	6,86	48,74	297	Оладьи с творогом с молоком сгущенным 100/20 (СОШ_2018)	120	
628/1996	0,10	0,03	15,28	62	Чай с сахаром 200/15	215	
покупная/	3,95	0,50	24,15	118	Хлеб пшеничный 50 (СОШ_2018)	50	
	14,60	7,79	97,97	524	Итого		

Абонемент платного питания №3

№ рецептуры	Пищевые вещества			Энергет. ценн. Ккал	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры	Уг/в				
110/1996	1,71	5,62	10,84	94	Борщ с капустой и картофелем со сметаной 200/5	205	107,0 руб
373/1997	10,67	8,96	4,21	142	Рыба под сырной корочкой (минтай) 45/45	90	
472/1996	3,24	5,56	22,00	152	Картофельное пюре	150	
628/1996	0,10	0,03	15,28	62	Чай с сахаром 200/15	215	
740/2004	4,58	4,40	24,97	142	Шанежка с наливкой 50	50	
покупная/	1,88	0,25	12,08	59	Хлеб пшеничный 25 (СОШ_2018)	25	
покупная/	1,85	0,30	9,35	44	Хлеб ржаной 25 (СОШ_2018)	25	
	23,93	25,12	97,73	695	Итого		

Абонемент платного питания №4

№ рецептуры	Пищев. ве-ва			Энергет. ценн. Ккал	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры	Уг-ды				
67/276	5,00	4,43	49,54	238	Манник 75	75	51,0 руб
покупная/	0,00	0,00	19,00	80	Напиток Валетек витаминный (СОШ_2018)	200	
	5,00	4,43	62,54	318	Итого		

Абонемент платного питания №6

№ рецептуры	Пищевые вещества			Энергет. ценн. Ккал	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры	Уг/в				
22/1997	0,05	8,25	0,08	75	Масло сливочное	10	135,01 руб
435/2016	10,15	6,86	48,74	297	Оладьи с творогом с молоком сгущенным 100/20 (СОШ_2018)	120	
257/1996	4,54	10,88	32,52	248	Каша молочная рисовая с маслом сливочным 150/10	160	
628/1996	0,16	0,03	15,49	64	Чай с сахаром, с лимоном 200/15/7	222	
покупная/	3,16	0,40	19,32	94	Хлеб пшеничный 40 (СОШ_2018)	40	
	18,06	26,52	116,15	778	Итого		

Технолог

Зав. производством

Согласовано, директор школы

Для меню и
технологических карт

МЕНЮ МАОУ СОШ №14 корпус 2

7 мая 2025 г.

195,02 руб Обед 5-11 кл (льготное питание)

№ рецептуры	Пищевые вещества			Энергет. ценн. Ккал	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры	Уг/в				
40/2016	1,50	3,50	7,37	66	Салат Степной 100	100	195,02 руб
138/1996	8,90	6,78	40,89	262	Суп картофельный с бобовыми с гречками 250/20	270	
311/2017	8,58	3,45	9,57	104	Запеканка из печени с рисом с соусом сметанным с луком 70/30 (С	100	
257, табл. 4/27	8,67	15,12	42,45	327	Каша гречневая рассыпчатая 180	180	
348/2018	0,34	0,07	19,87	82	Компот из изюма (СОШ_2018) сахар 10г	200	
покупное/	3,16	0,40	19,32	94	Хлеб пшеничный 40 (СОШ_2018)	40	
покупное/	3,96	0,72	20,04	104	Хлеб ржаной 60 (СОШ_2018)	60	
	35,21	30,04	159,51	1039	Итого		

330,03 руб ДОВЗ (5-11 кл)

№ рецептуры	Пищевые вещества			Энергет. ценн. Ккал	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры	Уг/в				
22/1997	0,05	8,25	0,08	75	Масло сливочное	10	330,03 руб
280/2015	10,23	12,59	11,14	202	Фрикадельки мясные в сметанно-томатном соусе 70/30 (СОШ_201	100	
465/1996	4,58	7,33	48,02	276	Рис отварной 180	180	
54-10/м/2022	0,30	0,00	6,90	29	Чай с клюквой и сахаром 200 (СОШ_2022)	200	
покупное/	4,74	0,60	28,98	141	Хлеб пшеничный 60 (СОШ_2018)	60	
					Итого		
40/2016	1,50	3,50	7,37	66	Салат Степной 100	100	
138/1996	8,90	6,78	40,89	262	Суп картофельный с бобовыми с гречками 250/20	270	
311/2017	8,58	3,45	9,57	104	Запеканка из печени с рисом с соусом сметанным с луком 70/30 (С	100	
257, табл. 4/27	8,67	15,12	42,45	327	Каша гречневая рассыпчатая 180	180	
348/2018	0,34	0,07	19,87	82	Компот из изюма (СОШ_2018) сахар 10г	200	
покупное/	3,16	0,40	19,32	94	Хлеб пшеничный 40 (СОШ_2018)	40	
покупное/	3,96	0,72	20,04	104	Хлеб ржаной 60 (СОШ_2018)	60	
	55,11	58,81	254,63	1762	Итого		

135,01 руб Завтрак 5-11 кл (льготное питание)

№ рецептуры	Пищевые вещества			Энергет. ценн. Ккал	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры	Уг/в				
22/1997	0,05	8,25	0,08	75	Масло сливочное	10	135,01 руб
280/2015	10,23	12,59	11,14	202	Фрикадельки мясные в сметанно-томатном соусе 70/30 (СОШ_201	100	
465/1996	4,58	7,33	48,02	276	Рис отварной 180	180	
54-10/м/2022	0,30	0,00	6,90	29	Чай с клюквой и сахаром 200 (СОШ_2022)	200	
покупное/	4,74	0,60	28,98	141	Хлеб пшеничный 60 (СОШ_2018)	60	
	19,90	28,77	95,12	723	Итого		

Абонемент платного питания №2

№ рецептуры	Пищевые вещества			Энергет. ценн. Ккал	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры	Уг/в				
209/2015	6,35	5,75	0,35	79	Яйца вареные (СОШ_2018)	1 шт	71,0 руб
257/1996	8,70	13,10	44,02	330	Каша молочная пшеница с маслом сливочным 200/10	210	
628/1996	0,10	0,03	15,28	62	Чай с сахаром 200/15	215	
покупное/	3,95	0,50	24,15	118	Хлеб пшеничный 50 (СОШ_2018)	50	
	19,10	19,38	83,80	589	Итого		

Абонемент платного питания №3

№ рецептуры	Пищевые вещества			Энергет. ценн. Ккал	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры	Уг/в				
138/1996	7,73	5,67	38,90	232	Суп картофельный с бобовыми с гречками 200/20	220	107,0 руб
311/2017	7,92	4,72	10,32	115	Запеканка из печени с рисом с соусом сметанным с луком 60/30 (С	90	
257, табл. 4/27	7,22	12,80	35,38	272	Каша гречневая рассыпчатая 150	150	
628/1996	0,16	0,03	15,49	64	Чай с сахаром, с лимоном 200/15/7	222	
417/2005	5,48	1,80	46,35	217	Гребешок с повидлом	75	
покупное/	1,88	0,25	12,08	59	Хлеб пшеничный 25 (СОШ_2018)	25	
покупное/	1,65	0,30	8,35	44	Хлеб ржаной 25 (СОШ_2018)	25	
	32,14	25,37	164,87	1093	Итого		

Абонемент платного питания №4

№ рецептуры	Пищевые вещества			Энергет. ценн. Ккал	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры	Уг/в				
акт №10/2003	11,63	14,44	46,88	362	Пицца с картофелем	125	51,0 руб
628/1996	0,16	0,03	15,49	64	Чай с сахаром, с лимоном 200/15/7	222	
	11,79	14,47	62,37	426	Итого		

Абонемент платного питания №6

№ рецептуры	Пищевые вещества			Энергет. ценн. Ккал	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры	Уг/в				
22/1997	0,05	8,25	0,08	75	Масло сливочное	10	135,01 руб
280/2015	10,23	12,59	11,14	202	Фрикадельки мясные в сметанно-томатном соусе 70/30 (СОШ_201	100	
465/1996	4,58	7,33	48,02	276	Рис отварной 180	180	
54-10/м/2022	0,30	0,00	6,90	29	Чай с клюквой и сахаром 200 (СОШ_2022)	200	
покупное/	4,74	0,60	28,98	141	Хлеб пшеничный 60 (СОШ_2018)	60	
	19,90	28,77	95,12	723	Итого		

Технолог
Зав. производством
Согласовано, директор школы

Общество с ограниченной ответственностью
«ОМС-Лечебное питание»
Для меню и
технологических карт

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 10485556620218183357344113440560018432977890989

Владелец Аджиумер Екатерина Геннадьевна

Действителен с 22.05.2024 по 22.05.2025