

МЕНЮ МАОУ СОШ №14 корпус 2

12 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/г				
14/2003	0,96	6,39	8,51	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 гречками 250/20	270	
280/2015	10,64	28,19	2,89	309	Гуляш 100 (СОШ_2018), 50/50, свинина	100	
273, 469/1996	6,40	5,87	42,71	254	Макароны отварные	180	
349/2015	0,96	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/г				
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	
54-5н/2018	0,30	0,60	7,10	35	Чай с облепихой и сахаром 200 (СОШ_2022)	200	
покупное/	3,96	0,50	24,15	118	Хлеб пшеничный 50 (СОШ_2018)	50	
					Итого		
14/2003	0,96	6,39	8,51	100	Салат Витаминный с квашеной капустой 100	100	
138/1996	8,90	6,78	40,89	262	Суп картофельный с бобовыми с гречками 250/20	270	
280/2015	10,64	28,19	2,89	309	Гуляш 100 (СОШ_2018), 50/50, свинина	100	
273, 469/1996	6,40	5,87	42,71	254	Макароны отварные	180	330,03 руб
349/2015	0,96	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/г				
338/2015	0,40	0,40	9,90	47	Яблоко 100	100	135,01 руб
210/2015	18,59	33,10	3,52	386	Омлет натуральный 200 (СОШ_2018)	200	
54-5н/2018	0,30	0,60	7,10	35	Чай с облепихой и сахаром 200 (СОШ_2022)	200	
покупное/	3,96	0,50	24,15	118	Хлеб пшеничный 50 (СОШ_2018)	50	
	23,23	34,60	44,57	586	Итого		

Абонемент платного питания №2

№ рецептуры	Пищевые вещества			Энергет. ценн. Ккал	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры	Уг/г				
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	
629/1996	0,10	0,03	15,28	62	Чай с сахаром 200/15	215	
покупное	3,96	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/г				
138/1996	7,73	5,67	36,90	232	Суп картофельный с бобовыми с гречками 200/20	220	107,0 руб
280/2015	9,58	25,37	2,80	278	Гуляш 90 (СОШ_2018), 45/45, свинина	90	
273, 469/1996	5,33	4,89	35,59	212	Макароны отварные	150	
629/1996	0,16	0,03	15,40	64	Чай с сахаром, с лимоном 200/15/7	222	
424/2005	4,53	6,70	30,44	195	Булочка Домашняя 50	50	
покупное/	1,98	0,25	12,06	69	Хлеб пшеничный 25 (СОШ_2018)	25	
покупное/	1,85	0,30	8,35	44	Хлеб ржаной 25 (СОШ_2018)	25	
	30,55	29,91	161,15	1 087	Итого		

Абонемент платного питания №4

№ рецептуры	Пищевые вещества			Энергет. ценн. Ккал	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры	Уг/г				
740/2004	6,87	6,60	37,45	213	Шанежка с наливкой 75	75	51,0 руб
покупное/	0,00	0,00	19,00	80	Напиток Валетек витаминный (СОШ_2018)	200	
	6,87	6,60	56,45	293	Итого		

Абонемент платного питания №6

№ рецептуры	Пищевые вещества			Энергет. ценн. Ккал	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры	Уг/г				
338/2015	0,4	0,4	9,8	47	Яблоко 100	100	135,01 руб
210/2015	18,59	33,1	3,52	386	Омлет натуральный 200 (СОШ_2018)	200	
629/1996	0,16	0,03	15,40	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	568	Итого		

Технолог

Зав. производством

Согласовано, директор школы

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

МЕНЮ МАОУ СОШ №14 корпус 2

13 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				
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/	0,50	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	
	32,89	34,52	141,57	1007	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
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/	0,50	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	
	46,67	59,48	224,16	1629	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
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. 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
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	15,40	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. ценн. Ккал	Наименование блюд	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	8,78	4,46	3,42	95	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	
406/2005	5,88	2,68	33,01	176	Пирожок с картофелем 75	75	
покупное/	1,98	0,25	12,08	59	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. ценн. Ккал	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры	Уг/в				
456/2005	4,08	7,51	40,63	247	Коржик молочный	60	51,0 руб
54-6/2016	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. 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
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

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

МЕНЮ МАОУ СОШ №14 корпус 2

14 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	
291/2015	16,89	9,87	36,45	303	Плов из птицы 200 (СОШ_2018)	200	
покупное	0,00	0,00	19,00	80	Напиток витаминный (СОШ_2018)	200	
покупное	4,74	0,80	28,98	141	Хлеб пшеничный 60 (СОШ_2018)	60	
покупное	3,96	0,72	20,04	104	Хлеб ржаной 60 (СОШ_2018)	60	
	26,90	22,57	125,88	622	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	
покупное	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	
110/1996	2,11	6,85	13,51	116	Борщ с капустой и картофелем со сметаной 250/5	255	
291/2015	16,89	9,87	36,45	303	Плов из птицы 200 (СОШ_2018)	200	
покупное	0,00	0,00	19,00	80	Напиток витаминный (СОШ_2018)	200	
покупное	4,74	0,80	28,98	141	Хлеб пшеничный 60 (СОШ_2018)	60	
покупное	3,96	0,72	20,04	104	Хлеб ржаной 60 (СОШ_2018)	60	
	58,23	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	
покупное	3,96	0,50	24,15	118	Хлеб пшеничный 50 (СОШ_2018)	50	
	27,33	32,88	93,38	773	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	5,30	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	0,16	0,03	15,49	64	Чай с сахаром 200/15	215	
покупное	3,96	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
291/2015	12,87	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	
покупное	1,96	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	
	22,75	18,00	99,07	530	Итого		

Абонемент платного питания №4

№ рецептуры	Пищевые вещества			Энергет. ценн. Ккал	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры	Уг/в				
28/2005	14,56	14,42	38,80	248	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	
покупное	3,96	0,50	24,15	118	Хлеб пшеничный 50 (СОШ_2018)	50	
	27,33	32,88	93,38	773	Итого		

Технолог
Зав. производством

Согласовано, директор школы

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

МЕНЮ МАОУ СОШ №14 корпус 2

15 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	88	Салат Степной 100	100	195,02 руб
113/2017	4,90	7,40	11,87	142	Суп-лапша домашняя с птицей 250/10 (СОШ_2018)	260	
263/2015	13,35	34,35	19,86	432	Рагу из свинины 200 (СОШ_2018)	200	
348/2015	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	
	27,21	46,44	97,93	920	Итого		

330,03 руб ДОВЗ (5-11 кл)

№ рецептуры	Пищевые вещества			Энергет. ценн. Ккал	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры	Уг/в				
покупное	2,35	11,55	32,35	245	Печенье сахарное 50 (СОШ_2018)	50	330,03 руб
173/2015	8,31	13,12	37,63	303	Каша вязкая молочная из овсяной крупы с маслом 200/10 (СОШ_2018)	210	
223/2015	9,48	7,72	13,92	163	Запеканка из творога с молоком сгущенным 50/10 (СОШ_2018)	60	
ТТК №376	0,25	0,07	11,89	47,16	Чай с шиповником 200 (СОШ-2022)	200	
покупное/	3,95	0,50	24,15	118	Хлеб пшеничный 50 (СОШ_2018)	50	
					Итого		
40/2016	1,50	3,50	7,37	88	Салат Степной 100	100	
113/2017	4,90	7,40	11,87	142	Суп-лапша домашняя с птицей 250/10 (СОШ_2018)	260	
263/2015	13,35	34,35	19,86	432	Рагу из свинины 200 (СОШ_2018)	200	
348/2015	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	
	51,55	79,40	217,67	1796	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	2,35	11,55	32,35	245	Печенье сахарное 50 (СОШ_2018)	50	135,01 руб
173/2015	8,31	13,12	37,63	303	Каша вязкая молочная из овсяной крупы с маслом 200/10 (СОШ_2018)	210	
223/2015	9,48	7,72	13,92	163	Запеканка из творога с молоком сгущенным 50/10 (СОШ_2018)	60	
ТТК №376	0,25	0,07	11,89	47,16	Чай с шиповником 200 (СОШ-2022)	200	
покупное/	3,16	0,40	19,32	94	Хлеб пшеничный 40 (СОШ_2018)	40	
	23,55	32,86	114,91	852	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
257/1996	6,03	11,89	47,73	355	Каша молочная рисовая с маслом сливочным 200/10	210	
626/1996	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	
	12,38	15,32	82,76	523	Итого		

Абонемент платного питания №3

№ рецептуры	Пищевые вещества			Энергет. ценн. Ккал	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры	Уг/в				
113/2017	4,39	6,28	9,34	119	Суп-лапша домашняя с птицей 200/10 (СОШ_2018)	210	107,0 руб
263/2015	10,01	25,77	14,74	324	Рагу из свинины 150 (СОШ_2018)	150	
626/1996	0,10	0,03	15,28	62	Чай с сахаром 200/15	215	
87/276	5,00	4,59	43,89	240	Манник 50	50	
покупное/	1,96	0,25	12,08	59	Хлеб пшеничный 25 (СОШ_2018)	25	
покупное/	1,85	0,30	8,35	44	Хлеб ржаной 25 (СОШ_2018)	25	
	23,13	37,23	103,48	848	Итого		

Абонемент платного питания №4

№ рецептуры	Пищевые вещества			Энергет. ценн. Ккал	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры	Уг/в				
484/2005	6,80	10,10	45,86	296	Булочка Домашняя 75	75	51,0 руб
покупное/	0,80	0,00	33,00	136	Сок в ассортименте 200 (СОШ_2018)	200	
	7,40	10,10	78,86	435	Итого		

Абонемент платного питания №6

№ рецептуры	Пищевые вещества			Энергет. ценн. Ккал	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры	Уг/в				
покупное	2,35	11,55	32,35	245	Печенье сахарное 50 (СОШ_2018)	50	135,01 руб
173/2015	8,31	13,12	37,63	303	Каша вязкая молочная из овсяной крупы с маслом 200/10 (СОШ_2018)	210	
223/2015	9,48	7,72	13,92	163	Запеканка из творога с молоком сгущенным 50/10 (СОШ_2018)	60	
ТТК №376	0,25	0,07	11,89	47,16	Чай с шиповником 200 (СОШ-2022)	200	
покупное/	3,16	0,40	19,32	94	Хлеб пшеничный 40 (СОШ_2018)	40	
	23,55	32,86	114,91	852	Итого		

Технолог

Зав. производством

Согласовано, директор школы

Общество с ограниченной ответственностью

«ОМС-Лечебное питание»

Для меню и
технологических карт

МЕНЮ МАОУ СОШ №14 корпус 2

16 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				
42/2015	1,75	6,18	9,24	99	*Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горо	100	195,02 руб
120/1996	2,01	6,88	9,50	100	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной 250/5	255	
294/2015	9,50	12,54	9,73	191	Котлеты рубл. из кур, запеч. с соусом молочным (кура) 70/30 (СОШ	100	
472/1996	3,89	6,88	26,41	182	Картофельное пюре	180	
595/1996	0,16	0,16	27,37	114	Компот из свежих яблок	200	
покупное/	3,95	0,50	24,15	118	Хлеб пшеничный 50 (СОШ_2018)	50	
покупное/	3,95	0,72	20,04	104	Хлеб ржаной 60 (СОШ_2018)	60	
	25,22	33,56	126,94	908	Итого		

330,03 руб ДОВЗ (5-11 кл)

№ рецептуры	Пищевые вещества			Энергет. ценн. Ккал	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры	Уг/в				
покупное	4,88	3,63	20,88	136	Йогурт 1/125г	125	330,03 руб
143/2017	3,11	13,25	15,35	196	Рагу из овощей 180 (СОШ_2018)	180	
628/1996	0,10	0,03	15,28	62	Чай с сахаром 200/15	215	
покупное/	5,14	0,65	31,40	153	Хлеб пшеничный 65 (СОШ_2018)	65	
					Итого		
42/2015	1,75	6,18	9,24	99	*Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горо	100	
120/1996	2,01	6,88	9,50	100	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной 250/5	255	
294/2015	9,50	12,54	9,73	191	Котлеты рубл. из кур, запеч. с соусом молочным (кура) 70/30 (СОШ	100	
472/1996	3,89	6,88	26,41	182	Картофельное пюре	180	330,03 руб
595/1996	0,16	0,16	27,37	114	Компот из свежих яблок	200	
покупное/	3,95	0,50	24,15	118	Хлеб пшеничный 50 (СОШ_2018)	50	
покупное/	3,95	0,72	20,04	104	Хлеб ржаной 60 (СОШ_2018)	60	
	38,45	51,12	208,85	1485	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	4,88	3,63	20,88	136	Йогурт 1/125г	125	135,01 руб
143/2017	3,11	13,25	15,35	196	Рагу из овощей 180 (СОШ_2018)	180	
628/1996	0,10	0,03	15,28	62	Чай с сахаром 200/15	215	
покупное/	5,14	0,65	31,40	153	Хлеб пшеничный 65 (СОШ_2018)	65	
	13,23	17,56	82,91	547	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
435/2016	10,15	6,86	48,74	297	Оладьи с творогом с молоком сгущенным 100/20 (СОШ_2018)	120	
628/1996	0,16	0,03	15,49	64	Чай с сахаром, с лимоном 200/15/7	222	
покупное	3,95	0,50	24,15	118	Хлеб пшеничный 50 (СОШ_2018)	50	
	16,56	10,29	88,38	517	Итого		

Абонемент платного питания №3

№ рецептуры	Пищевые вещества			Энергет. ценн. Ккал	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры	Уг/в				
120/1996	1,63	5,64	7,63	82	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной 200/5	205	107,0 руб
294/2015	8,30	11,32	8,87	171	Котлеты рубл. из кур, запеч. с соусом молочным (кура) 60/30 (СОШ	90	
472/1996	3,24	5,56	22,00	162	Картофельное пюре	150	
628/1996	0,16	0,03	15,49	64	Чай с сахаром, с лимоном 200/15/7	222	
406/2005	6,25	4,41	30,55	184	Пирожок с капустой 75	75	
покупное/	1,86	0,25	12,08	59	Хлеб пшеничный 25 (СОШ_2018)	25	
покупное/	1,85	0,30	8,35	44	Хлеб ржаной 25 (СОШ_2018)	25	
	23,21	27,51	104,97	756	Итого		

Абонемент платного питания №4

№ рецептуры	Пищевые вещества			Энергет. ценн. Ккал	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры	Уг/в				
410/2005	10,52	4,40	32,30	208	Ватрушка с творогом 75	75	51,0 руб
628/1996	0,10	0,03	15,28	62	Чай с сахаром 200/15	215	
	10,62	4,43	47,58	270	Итого		

Абонемент платного питания №6

№ рецептуры	Пищевые вещества			Энергет. ценн. Ккал	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры	Уг/в				
покупное	4,88	3,63	20,88	136	Йогурт 1/125г	125	135,01 руб
143/2017	3,11	13,25	15,35	196	Рагу из овощей 180 (СОШ_2018)	180	
628/1996	0,10	0,03	15,28	62	Чай с сахаром 200/15	215	
покупное/	4,95	0,55	26,51	125	Хлеб пшеничный 55 (СОШ_2018)	55	
	12,44	17,45	78,08	525	Итого		

Технолог
Зав. производством

Согласовано, директор школы

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

МЕНЮ МАОУ СОШ №14 корпус 2

17 мая 2025 г.

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

№ рецептуры	Пищевые вещества			Энергет. ценность, Ккал	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры	Уг/в				
50/2017	4,67	9,39	7,19	132	Салат из свеклы с сыром 100 (СОШ_2018)	100	195,02 руб
139/1996	2,81	2,92	20,83	122	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	
27/2015	10,00	13,54	9,18	196	Котлеты домашние с соусом сметанно-томатным 70/30 (СОШ_201)	100	
465/1996	4,58	7,33	48,02	276	Рис отварной	180	
349/2015	0,66	0,09	22,03	93	Компот из смеси сухофруктов (СОШ_2018) сахар 10г	200	
покупной	3,16	0,40	19,32	94	Хлеб пшеничный 40 (СОШ_2018)	40	
покупной	3,96	0,72	20,04	104	Хлеб ржаной 60 (СОШ_2018)	60	
	29,84	34,39	146,61	1 019	Итого		

330,03 руб ДОВЗ (5-11 кл)

№ рецептуры	Пищевые вещества			Энергет. ценность, 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
257/1996	8,70	13,10	44,02	330	Каша молочная пшенная с маслом сливочным 200/10	210	
222/2015	8,31	7,07	17,53	167	Пудинг из творога (запеченный) с молоком сгущенным 50/10 (СОШ_201)	60	
628/1996	0,16	0,03	15,49	84	Чай с сахаром, с лимоном 200/15/7	222	
покупной	3,95	0,50	24,15	118	Хлеб пшеничный 50 (СОШ_2018)	50	
					Итого		
50/2017	4,67	9,39	7,19	132	Салат из свеклы с сыром 100 (СОШ_2018)	100	
139/1996	2,81	2,92	20,83	122	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	
27/2015	10,00	13,54	9,18	196	Котлеты домашние с соусом сметанно-томатным 70/30 (СОШ_201)	100	
465/1996	4,58	7,33	48,02	276	Рис отварной	180	
349/2015	0,66	0,09	22,03	93	Компот из смеси сухофруктов (СОШ_2018) сахар 10г	200	
покупной	3,16	0,40	19,32	94	Хлеб пшеничный 40 (СОШ_2018)	40	
покупной	3,96	0,72	20,04	104	Хлеб ржаной 60 (СОШ_2018)	60	
	51,01	63,34	247,88	1 773	Итого		

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

№ рецептуры	Пищевые вещества			Энергет. ценность, 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
257/1996	8,70	13,10	44,02	330	Каша молочная пшенная с маслом сливочным 200/10	210	
222/2015	8,31	7,07	17,53	167	Пудинг из творога (запеченный) с молоком сгущенным 50/10 (СОШ_201)	60	
628/1996	0,16	0,03	15,49	84	Чай с сахаром, с лимоном 200/15/7	222	
покупной	3,95	0,50	24,15	118	Хлеб пшеничный 50 (СОШ_2018)	50	
	21,17	28,95	101,27	754	Итого		

Абонемент платного питания №2

№ рецептуры	Пищевые вещества			Энергет. ценность, 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
257/1996	8,70	13,10	44,02	330	Каша молочная пшенная с маслом сливочным 200/10	210	
628/1996	0,10	0,03	15,26	62	Чай с сахаром 200/15	215	
покупной	3,95	0,50	24,15	118	Хлеб пшеничный 50 (СОШ_2018)	50	
	13,15	14,03	93,25	557	Итого		

Абонемент платного питания №3

№ рецептуры	Пищевые вещества			Энергет. ценность, Ккал	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры	Уг/в				
139/1996	2,25	2,33	16,66	97	Суп картофельный с макаронными изделиями 200	200	107,0 руб
27/2015	8,95	11,82	8,17	173	Котлеты домашние с соусом сметанно-томатным 60/30 (СОШ_201)	90	
465/1996	3,81	6,11	40,01	230	Рис отварной 150	150	
628/1996	0,10	0,03	15,28	62	Чай с сахаром 200/15	215	
425/2005	4,17	7,66	28,46	197	Булочка Дорожная 50	50	
покупной	1,96	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	
	22,61	28,50	129,01	862	Итого		

Абонемент платного питания №4

№ рецептуры	Пищевые вещества			Энергет. ценность, Ккал	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры	Уг/в				
стр. 16/2017	2,97	10,23	30,72	230	Турбинка песочная 50	50	51,0 руб
покупной	0,60	0,00	33,00	136	Сок в ассортименте 200 (СОШ_2018)	200	
	3,57	10,23	63,72	366	Итого		

Абонемент платного питания №6

№ рецептуры	Пищевые вещества			Энергет. ценность, 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
257/1996	8,70	13,10	44,02	330	Каша молочная пшенная с маслом сливочным 200/10	210	
222/2015	8,31	7,07	17,53	167	Пудинг из творога (запеченный) с молоком сгущенным 50/10 (СОШ_201)	60	
628/1996	0,16	0,03	15,49	84	Чай с сахаром, с лимоном 200/15/7	222	
покупной	3,95	0,50	24,15	118	Хлеб пшеничный 50 (СОШ_2018)	50	
	21,17	28,95	101,27	754	Итого		

Технолог
Зав. производством
Согласовано, директор школы

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

МЕНЮ МАОУ СОШ №14 корпус 2

19 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
220/2022	2,35	5,11	16,38	121	Рассольник по-россошански 250 (СОШ_2022)	250	
278/2017	14,76	16,80	12,65	285	Тефтели (1 вариант) 70/30 (СОШ_2018)	100	
273, 469/1996	6,40	5,87	42,71	254	Макароны отварные	180	
388/2015	0,88	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	
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		
39/2016	1,5	5,2	10	94	*Салат картофельный с капустой квашеной 100	100	
220/2022	2,35	5,11	16,38	121	Рассольник по-россошански 250 (СОШ_2022)	250	
278/2017	14,76	16,80	12,65	285	Тефтели (1 вариант) 70/30 (СОШ_2018)	100	
273, 469/1996	6,40	5,87	42,71	254	Макароны отварные	180	330,03 руб
388/2015	0,88	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	
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	
	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	
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	
	15,17	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				
220/2022	1,88	4,09	13,10	97	Рассольник по-россошански 200 (СОШ_2022)	200	107,0 руб
278/2017	12,71	14,81	11,10	230	Тефтели (1 вариант) 60/30 (СОШ_2018)	90	
273, 469/1996	5,33	4,89	35,59	212	Макароны отварные	150	
628/1996	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	
	33,14	30,06	125,79	925	Итого		

Абонемент платного питания №4

№ рецептуры	Пищевые вещества			Энергет. ценн. Ккал	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры	Уг/в				
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	
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 35 (СОШ_2018)	35	
	24,73	29,40	44,04	546	Итого		

Технолог
Зав. производством
Согласовано, директор школы

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

МЕНЮ МАОУ СОШ №14 корпус 2

20 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	13,61	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	
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	
	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	10,98	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	
покупное/	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	13,61	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	
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	
	45,82	55,75	245,64	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	10,98	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	
покупное/	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	
покупное/	3,95	0,50	24,15	118	Хлеб пшеничный 50 (СОШ_2018)	50	
	14,50	7,79	97,87	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	5,58	22,00	182	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	
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	
	23,93	25,12	97,73	895	Итого		

Абонемент платного питания №4

№ рецептуры	Пищевые вещества			Энергет. ценн. Ккал	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры	Уг/в				
67/276	5,00	4,43	43,54	238	Манник 75	75	51,0 руб
покупное/	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	10,98	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	
покупное/	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

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

МЕНЮ МАОУ СОШ №14 корпус 2

22 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				
53/2015	1,65	4,12	7,29	73	Салат из свеклы с зеленым горошком 100 (СОШ_2018)	100	195,02 руб
106/2016	4,86	6,04	23,54	168	Суп-пюре из картофеля 250 (СОШ_2018)	250	
123/2016	2,49	0,32	15,21	74	Гренки из пшеничного хлеба 20 (СОШ_2018)	20	
520/1997	11,34	13,66	8,92	204	Котлета особая из кур с соусом сметанно-томатным 70/30	100	
273, 469/1996	6,40	5,87	42,71	254	Макароны отварные	180	
348/2015	0,78	0,04	17,65	75	Компот из кураги (СОШ_2018) сахар 10г	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	
	35,43	31,27	159,51	1070	Итого		

330,03 руб ДОВЗ (5-11 кл)

№ рецептуры	Пищевые вещества			Энергет. ценн. Ккал	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры	Уг/в				
покупное	1,41	6,93	19,41	147	Печенье сахарное 30 (СОШ_2018)	30	330,03 руб
120/2015	4,37	3,79	14,36	120	Суп молочный с макаронными изделиями 200 (СОШ_2018)	200	
182/2017	3,86	5,49	19,6	143	Каша жидкая молочная ячневая с маслом 100/5 (СОШ_2018)	105	
ТТК №376	0,25	0,07	11,69	47,16	Чай с шиповником 200 (СОШ-2022)	200	
покупное/	3,95	0,5	24,15	118	Хлеб пшеничный 50 (СОШ_2018)	50	
					Итого		
53/2015	1,65	4,12	7,29	73	Салат из свеклы с зеленым горошком 100 (СОШ_2018)	100	
106/2016	4,86	6,04	23,54	168	Суп-пюре из картофеля 250 (СОШ_2018)	250	
123/2016	2,49	0,32	15,21	74	Гренки из пшеничного хлеба 20 (СОШ_2018)	20	
520/1997	11,34	13,66	8,92	204	Котлета особая из кур с соусом сметанно-томатным 70/30	100	330,03 руб
273, 469/1996	6,40	5,87	42,71	254	Макароны отварные	180	
348/2015	0,78	0,04	17,65	75	Компот из кураги (СОШ_2018) сахар 10г	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	
	49,07	48,05	248,72	1645	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	1,41	6,93	19,41	147	Печенье сахарное 30 (СОШ_2018)	30	135,01 руб
120/2015	4,37	3,79	14,36	120	Суп молочный с макаронными изделиями 200 (СОШ_2018)	200	
182/2017	3,86	5,49	19,60	143	Каша жидкая молочная ячневая с маслом 100/5 (СОШ_2018)	105	
ТТК №376	0,25	0,07	11,69	47,16	Чай с шиповником 200 (СОШ-2022)	200	
покупное/	3,95	0,50	24,15	118	Хлеб пшеничный 50 (СОШ_2018)	50	
	13,84	16,78	89,21	575	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
435/2016	10,15	6,86	46,74	297	Оладьи с творогом с молоком сгущенным 100/20 (СОШ_2018)	120	
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	
	14,25	15,64	88,25	552	Итого		

Абонемент платного питания №3

№ рецептуры	Пищевые вещества			Энергет. ценн. Ккал	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры	Уг/в				
106/2016	3,89	4,83	18,83	134	Суп-пюре из картофеля 200 (СОШ_2018)	200	107,0 руб
123/2016	2,49	0,32	15,21	74	Гренки из пшеничного хлеба 20 (СОШ_2018)	20	
520/1997	10,25	13,21	9,75	199	Котлета особая из кур с соусом сметанно-томатным 60/30	90	
273, 469/1996	5,33	4,89	35,59	212	Макароны отварные	150	
528/1996	0,10	0,03	15,28	62	Чай с сахаром 200/15	215	
406/2005	5,88	2,68	33,01	176	Пирожок с картофелем 75	75	
покупное/	1,86	0,25	12,08	59	Хлеб пшеничный 25 (СОШ_2018)	25	
	29,92	26,21	139,75	916	Итого		

Абонемент платного питания №4

№ рецептуры	Пищев. ве-ва			Энергет. ценн. Ккал	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры	Уг-ды				
417/2005	5,48	1,80	46,35	217	Гребешок с повидлом	75	51,0 руб
528/1996	0,10	0,03	15,28	62	Чай с сахаром 200/15	215	
	5,58	1,83	61,63	279,00	Итого		

Абонемент платного питания №6

№ рецептуры	Пищевые вещества			Энергет. ценн. Ккал	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры	Уг/в				
покупное	1,41	6,93	19,41	147	Печенье сахарное 30 (СОШ_2018)	30	135,01 руб
120/2015	4,37	3,79	14,36	120	Суп молочный с макаронными изделиями 200 (СОШ_2018)	200	
182/2017	3,86	5,49	19,6	143	Каша жидкая молочная ячневая с маслом 100/5 (СОШ_2018)	105	
ТТК №376	0,25	0,07	11,69	47,16	Чай с шиповником 200 (СОШ-2022)	200	
покупное/	3,95	0,5	24,15	118	Хлеб пшеничный 50 (СОШ_2018)	50	
	13,84	16,78	89,21	575	Итого		

Технолог

Зав. производством

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

МЕНЮ МАОУ СОШ №14 корпус 2

23 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
141/2013	7,48	11,08	3,05	142	Солянка из птицы	250	
266/2015, 2004	12,60	12,77	14,49	225	Шницель с соусом красным основным 70/30 (СОШ_2018)	100	
472/1996	3,89	6,68	26,41	182	Картофельное пюре	180	
349/2015	0,66	0,09	22,03	93	Компот из смеси сухофруктов (СОШ_2018) сахар 10г	200	
покупной	3,16	0,40	19,32	94	Хлеб пшеничный 40 (СОШ_2018)	40	
покупной	3,96	0,72	20,04	104	Хлеб ржаной 60 (СОШ_2018)	60	
	33,25	36,94	115,34	934	Итого		

330,03 руб ДОВЗ (5-11 кл)

№ рецептуры	Пищевые вещества			Энергет. ценн. Ккал	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры	Уг/в				
15/2015	5,26	5,32	0,00	68	Сыр (порциями) 20 (СОШ_2018)	20	330,03 руб
173/2015	8,31	13,12	37,53	303	Каша вязкая молочная из овсяной крупы с маслом 200/10 (СОШ_2018)	210	
222/2015	8,31	7,07	17,53	167	Пудинг из творога (запеченный) с молоком сгущенным 50/10 (СОШ_2018)	60	
629/1996	0,10	0,03	15,28	62	Чай с сахаром 200/15	215	
покупной	3,56	0,45	21,74	106	Хлеб пшеничный 45 (СОШ_2018)	45	
					Итого		
39/2016	1,5	5,2	10	94	Салат картофельный с капустой квашеной 100	100	330,03 руб
141/2013	7,48	11,08	3,05	142	Солянка из птицы	250	
266/2015, 2004	12,60	12,77	14,49	225	Шницель с соусом красным основным 70/30 (СОШ_2018)	100	
472/1996	3,89	6,68	26,41	182	Картофельное пюре	180	
349/2015	0,66	0,09	22,03	93	Компот из смеси сухофруктов (СОШ_2018) сахар 10г	200	
покупной	3,16	0,40	19,32	94	Хлеб пшеничный 40 (СОШ_2018)	40	
покупной	3,96	0,72	20,04	104	Хлеб ржаной 60 (СОШ_2018)	60	
	58,79	62,93	207,52	1640	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				
15/2015	5,26	5,32	0,00	68	Сыр (порциями) 20 (СОШ_2018)	20	135,01 руб
173/2015	8,31	13,12	37,53	303	Каша вязкая молочная из овсяной крупы с маслом 200/10 (СОШ_2018)	210	
222/2015	8,31	7,07	17,53	167	Пудинг из творога (запеченный) с молоком сгущенным 50/10 (СОШ_2018)	60	
629/1996	0,10	0,03	15,28	62	Чай с сахаром 200/15	215	
покупной	3,56	0,45	21,74	106	Хлеб пшеничный 45 (СОШ_2018)	45	
	25,54	25,99	92,18	706	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
173/2015	8,31	13,12	37,53	303	Каша вязкая молочная из овсяной крупы с маслом 200/10 (СОШ_2018)	210	
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	
	14,72	16,55	77,27	523	Итого		

Абонемент платного питания №3

№ рецептуры	Пищевые вещества			Энергет. ценн. Ккал	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры	Уг/в				
141/2013	5,98	8,86	2,44	114	Солянка из птицы	200	107,0 руб
266/2015, 2004	10,87	11,16	12,83	196	Шницель с соусом красным основным 60/30 (СОШ_2018)	90	
472/1996	3,24	5,56	22,00	152	Картофельное пюре	150	
629/1996	0,16	0,03	15,49	64	Чай с сахаром, с лимоном 200/15/7	222	
406/2005	6,27	3,87	34,74	195	Пирожок с рисом и яйцом	75	
покупной	1,96	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	
	30,15	30,03	107,93	824	Итого		

Абонемент платного питания №4

№ рецептуры	Пищевые вещества			Энергет. ценн. Ккал	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры	Уг/в				
406/2005	7,28	7,76	33,18	229	Кулебяка с капустой	100	51,0 руб
покупной	0,60	0,00	33,00	136	Сок в ассортименте 200 (СОШ_2018)	200	
	7,88	7,76	66,18	365	Итого		

Абонемент платного питания №6

№ рецептуры	Пищевые вещества			Энергет. ценн. Ккал	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры	Уг/в				
15/2015	5,26	5,32	0,00	68	Сыр (порциями) 20 (СОШ_2018)	20	135,01 руб
173/2015	8,31	13,12	37,53	303	Каша вязкая молочная из овсяной крупы с маслом 200/10 (СОШ_2018)	210	
222/2015	8,31	7,07	17,53	167	Пудинг из творога (запеченный) с молоком сгущенным 50/10 (СОШ_2018)	60	
629/1996	0,10	0,03	15,28	62	Чай с сахаром 200/15	215	
покупной	3,56	0,45	21,74	106	Хлеб пшеничный 45 (СОШ_2018)	45	
	35,54	25,99	92,18	706	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