

МЕНЮ на 19.05.2026
ШКОЛА № 14

Утверждаю
Директор



ЗАВТРАК возрастная категория 7-11 лет

ЗАВТРАК возрастная категория ОВЗ 7-11 лет, малообеспеченные

Наименование	выход	цена	белки	жиры	углеводы	ккал.
Каша рисовая молочная 200/5	205	20,90	4,63	5,32		
Сыр твердых сортов в нарезке	20	14,73	4,70	5,90		
Коктейль молочный	200	57,00	5,00	5,42	18,36	105,11
Чай с лимоном и сахаром	200	3,17	0,30	0,00	6,70	27,90
Фрукт (яблоко) ***	180	33,30	0,75	0,75	17,70	79,95
Хлеб пшеничный с маслом сливочным 30/10	40	15,69	2,40	1,59	14,90	136,40
Хлеб ржаной	20	2,00	1,33	0,27	6,67	34,13
ИТОГО завтрак :	865	146,79	19,11	19,25	83,65	586,1

ОБЕД возрастная категория 7-11 лет

ОБЕД возрастная категория ОВЗ 7-11 лет, малообеспеченные

Наименование	выход	цена	белки	жиры	углеводы	ккал.
Овощная нарезка (помидор/огурец)	60	12,83	0,59	0,09	1,89	40,36
Щи из свежей капусты с мясом птицы со сметаной 200/20	220	20,53	4,06	6,70	10,67	220,21
Макароны отварные с маслом сливочным 150/5	155	17,27	5,47	8,06	32,87	225,70
Бефстроганов из отварной говядины	90	63,58	11,19	12,33	36,57	110,15
Компот из ягоды	200	7,51	0,09	0,00	7,20	29,30
Хлеб пшеничный	20	1,82	1,53	0,13	9,87	46,87
Хлеб ржаной	20	2,00	1,33	0,27	6,67	34,13
ИТОГО обед :	765	125,54	24,26	27,58	105,74	706,72

Заведующий производством
Повар

Н.В. Бесчастная
А.В. Игнатова

МЕНЮ на 19.05.2026
ШКОЛА № 14

Утверждаю
Директор



ЗАВТРАК возрастная категория 12-18 лет

ЗАВТРАК возрастная категория ОВЗ 12-18 лет

Наименование	выход	цена	белки	жиры	углеводы	ккал.
Каша рисовая молочная 200/10	210	27,32	4,64	5,64		
Сыр твердых сортов в нарезке	30	22,09	7,00	8,80		
Коктейль молочный	200	57,00	5,00	5,42	18,36	105,11
Чай с сахаром	200	1,00	0,20	0,00	6,50	26,80
Фрукт (яблоко) ***	180	33,30	0,75	0,75	17,70	79,95
Хлеб пшеничный с маслом сливочным 30/10	40	15,69	2,37	1,90	14,83	136,43
Хлеб ржаной	30	3,00	2,00	0,40	10,00	51,20
ИТОГО :	890	159,40	21,96	22,91	87,49	643,11

ОБЕД возрастная категория 12-18 лет

ОБЕД возрастная категория ОВЗ 12-18 лет

Наименование	выход	цена	белки	жиры	углеводы	ккал.
Овощная нарезка (помидор/огурец) 50/50	100	21,38	0,98	0,11	3,15	67,27
Щи из свежей капусты с мясом птицы со сметаной 250/20	270	22,32	6,40	8,22	13,09	162,47
Макароны отварные с маслом сливочным 180/10	190	25,48	6,56	9,38	39,44	268,17
Бефстроганов из отварной говядины	100	70,64	12,43	13,70	40,63	208,65
Компот из ягоды	200	7,51	0,09	0,00	7,23	29,30
Хлеб пшеничный	20	1,82	1,53	0,13	9,87	46,87
Хлеб ржаной	20	2,00	1,33	0,27	6,67	34,13
ИТОГО:	900	151,15	29,32	31,81	120,08	816,86

Заведующий производством
Повар

Н.В. Бесчастная
А.В. Игнатова