

МЕНЮ на 20.05.2026
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.
Омлет натуральный с зеленым горошком 150/20	170	50,68	8,27	8,13	7,57	232,77
Сыр твердых сортов в нарезке	20	14,73	3,35	4,87	11,25	71,73
Коктейль молочный	200	57,00	5,00	6,40	34,40	208,00
Чай с сахаром	200	1,00	0,20	0,00	6,50	26,80
Хлеб пшеничный	20	1,82	1,53	0,13	9,87	46,87
ИТОГО завтрак :	610	125,23	18,35	19,53	69,59	586,17

ОБЕД возрастная категория 7-11 лет

ОБЕД возрастная категория ОВЗ 7-11 лет, малообеспеченные

Наименование	выход	цена	белки	жиры	углеводы	ккал.
Соленый огурец	60	15,32	0,48	0,06	1,02	36,00
Борщ с капустой с мясом птицы, картофелем со сметаной 200/20	220	23,39	9,20	8,39	17,06	152,42
Картофельное пюре с маслом сливочным 150/5	155	29,14	3,20	5,20	19,80	139,40
Шницель из курицы	90	44,80	10,62	12,71	39,51	249,72
Компот из сухофруктов	200	5,00	0,50	0,00	19,80	81,00
Хлеб пшеничный	20	1,82	1,53	0,13	9,87	46,87
ИТОГО обед :	745	119,47	25,53	26,49	107,06	705,41

Заведующий производством
Повар

Н.В. Бесчастная
А.В. Игнатова

МЕНЮ на 20.05.2026
ШКОЛА № 14

Утверждаю
Директор



ЗАВТРАК возрастная категория 12-18 лет

ЗАВТРАК возрастная категория ОВЗ 12-18 лет

Наименование	выход	цена	белки	жиры	углеводы	ккал.
Омлет натуральный с зеленым горошком 200/20	220	65,81	6,20	7,14	10,33	200,33
Сыр твердых сортов в нарезке	30	22,09	7,00	8,80	3,15	107,50
Коктейль молочный	200	57,00	5,00	6,40	34,80	208,00
Чай с сахаром	200	1,00	0,20	0,00	6,50	26,80
Хлеб ржаной	25	2,50	1,66	0,34	8,34	42,66
Хлеб пшеничный	30	2,73	2,30	0,20	14,80	70,30
ИТОГО :	705	151,13	22,36	22,88	77,39	665,59

ОБЕД возрастная категория 12-18 лет

ОБЕД возрастная категория ОВЗ 12-18 лет

Наименование	выход	цена	белки	жиры	углеводы	ккал.
Соленый огурец	80	20,42	0,64	0,08	1,36	8,00
Борщ с капустой с мясом птицы, картофелем со сметаной 250/20	270	25,89	10,31	9,48	12,49	176,40
Картофельное пюре с маслом сливочным 180/10	190	40,10	3,84	6,07	23,76	165,74
Шницель из курицы	100	49,78	11,80	14,11	37,23	273,10
Компот из сухофруктов	200	5,00	0,50	0,00	19,80	81,00
Фрукт (яблоко) ***	180	33,30	0,75	0,75	17,70	79,95
Хлеб пшеничный	30	2,73	2,30	0,20	14,80	70,30
ИТОГО :	1050	177,22	30,14	30,69	127,14	854,49

Заведующий производством
Повар

Н.В. Бесчастная
А.В. Игнатова