

МЕНЮ на 22.05.2026
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.
Сыр твердых сортов в нарезке	20	14,73	3,35	4,87	0,00	71,73
Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	155	16,22	1,58	1,61	21,32	260,55
Бефстроганов из отварной говядины	90	63,58	11,19	12,33	36,57	110,15
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
Хлеб ржаной	20	2,00	1,33	0,27	6,67	34,13
ИТОГО завтрак :	505	99,35	19,18	19,21	80,93	550,23

ОБЕД возрастная категория с 7-11 лет
ОБЕД возрастная категория ОВЗ 7-11 лет, малообеспеченные

Наименование	выход	цена	белки	жиры	углеводы	ккал.
Овощи в нарезке (огурец) **	60	14,92	0,50	0,10	1,50	8,50
Рассольник Ленинградский с мясом птицы со сметаной	230	24,19	6,42	6,05	13,15	158,25
Жаркое по-домашнему из мяса птицы 150/50	200	51,31	13,96	18,85	60,87	361,60
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	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 :	910	130,71	24,79	26,15	116,46	717,20

Заведующий производством
Повар

(Signature)

Н.В. Бесчастная
А.В. Игнатова

МЕНЮ на 22.05.2026
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 гречневая рассыпчатая с маслом сливочным 180/10	190	25,33	1,94	4,97	0,00	71,73
Бефстроганов из отварной говядины	100	70,64	12,43	13,70	40,63	122,39
Чай с сахаром	200	1,00	0,20	0,00	6,50	26,80
Хлеб пшеничный	30	2,73	2,30	0,20	14,80	70,30
Хлеб ржаной	30	3,00	2,00	0,40	10,00	51,20
ИТОГО :	550	102,7	18,87	19,27	94,06	606,63

ОБЕД возрастная категория 12-18 лет
ОБЕД возрастная категория ОВЗ 12-18 лет

Наименование	выход	цена	белки	жиры	углеводы	ккал.
Овощи в нарезке (огурец) **	100	24,86	0,83	0,17	2,50	14,17
Рассольник Ленинградский с мясом птицы со сметаной 250/20/10	280	26,89	7,82	7,36	16,35	192,56
Жаркое по-домашнему из мяса птицы 200/50	250	55,71	17,50	23,56	75,08	452,00
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	30	2,73	2,30	0,20	14,80	70,30
ИТОГО :	1040	146,66	29,50	32,04	133,13	836,88

Заведующий производством
Повар

(Signature)

Н.В. Бесчастная
А.В. Игнатова