

СОГЛАСОВАНО:  
Руководитель образовательного учреждения

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор

/Байбурин Р.В./



## МЕНЮ

на 15.01.2026 четверг  
МАОУ СОШ №14



| Код<br>блюда             | Наименование                                                                           | Выход<br>блюда<br>(гр) | Пищевые вещества |       |          | Энергетическ<br>ая ценность,<br>ккал |
|--------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|------------------|-------|----------|--------------------------------------|
|                          |                                                                                        |                        | Белки            | Жиры  | Углеводы |                                      |
| Начальные классы Завтрак |                                                                                        |                        |                  |       |          |                                      |
| КП31016                  | Салат "Коул Слоу" (капуста,морковь,лимон,масло растительное)                           | 100                    | 1,70             | 14,10 | 6,00     | 158,00                               |
| КП25040                  | Макароны отварные с маслом                                                             | 150                    | 3,72             | 5,60  | 26,98    | 215,00                               |
| КП25196                  | Соус томатный                                                                          | 25                     | 0,25             | 1,13  | 1,50     | 17,50                                |
| КП25027                  | Чай с сахаром                                                                          | 200                    | 0,20             | 0,00  | 6,50     | 27,00                                |
| 0000065                  | Хлеб пшеничный формовой с витаминами (B1,B2,E) и железом "Свежий2" из муки пшеничной   | 40                     | 3,20             | 0,48  | 15,36    | 94,40                                |
| ИТОГО по приему: Завтрак |                                                                                        | 76,96                  | 9,07             | 21,30 | 56,34    | 511,90                               |
| Начальные классы Обед    |                                                                                        |                        |                  |       |          |                                      |
| КП25016                  | Борщ с капустой и картофелем                                                           | 230                    | 1,53             | 3,07  | 10,73    | 196,27                               |
| КП25047                  | Каша перловая рассыпчатая                                                              | 150                    | 4,00             | 3,40  | 24,50    | 166,00                               |
| КП25008                  | Котлеты куриные "Наггетсы" с подливом овощным                                          | 90                     | 8,10             | 4,50  | 2,90     | 84,00                                |
| КП25028                  | Компот из смеси сухофруктов                                                            | 200                    | 1,00             | 0,05  | 27,50    | 110,00                               |
| 0000065                  | Хлеб пшеничный формовой с витаминами (B1,B2,E) и железом "Свежий2" из муки пшеничной   | 35                     | 2,80             | 0,42  | 13,44    | 82,60                                |
| ШК00129                  | Хлеб ржано-пшеничный формовой с витаминами (B1, B2,E)и железом "Свежий1" из смеси муки | 30                     | 2,43             | 4,20  | 12,79    | 71,00                                |
| ИТОГО по приему: Обед    |                                                                                        | 86,07                  | 19,86            | 15,64 | 91,86    | 709,87                               |
|                          |                                                                                        |                        |                  |       |          |                                      |
|                          |                                                                                        |                        |                  |       |          |                                      |
| Старшие классы Завтрак   |                                                                                        |                        |                  |       |          |                                      |
| КП31016                  | Салат "Коул Слоу" (капуста,морковь,лимон,масло растительное)                           | 100                    | 1,70             | 14,10 | 6,00     | 158,00                               |
| КП25040                  | Макароны отварные с маслом                                                             | 180                    | 4,46             | 6,72  | 32,38    | 258,00                               |
| КП25196                  | Соус томатный                                                                          | 25                     | 0,25             | 1,13  | 1,50     | 17,50                                |
| КП25027                  | Чай с сахаром                                                                          | 200                    | 0,20             | 0,00  | 6,50     | 27,00                                |
| 0000065                  | Хлеб пшеничный формовой с витаминами (B1,B2,E) и железом "Свежий2" из муки пшеничной   | 50                     | 4,00             | 0,60  | 19,20    | 118,00                               |
| ИТОГО по приему: Завтрак |                                                                                        | 84,47                  | 10,61            | 22,55 | 65,58    | 578,50                               |
| Старшие классы Обед      |                                                                                        |                        |                  |       |          |                                      |
| КП25016                  | Борщ с капустой и картофелем                                                           | 250                    | 1,67             | 3,33  | 11,67    | 213,33                               |
| КП25047                  | Каша перловая рассыпчатая                                                              | 165                    | 4,40             | 3,74  | 26,95    | 182,60                               |
| КП25090                  | Котлеты куриные "Наггетсы" с подливом овощным                                          | 100                    | 10,20            | 5,60  | 3,60     | 110,00                               |
| КП25028                  | Компот из смеси сухофруктов                                                            | 200                    | 1,00             | 0,05  | 27,50    | 110,00                               |
| 0000065                  | Хлеб пшеничный формовой с витаминами (B1,B2,E) и железом "Свежий2" из муки пшеничной   | 50                     | 4,00             | 0,60  | 19,20    | 118,00                               |



|                              |                                                                                          |              |              |              |               |               |
|------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| ШКОУ129                      | хлеб ржано-пшеничный формовой с витаминами (B1, B2, E) и железом "Свежий1" из смеси муки | 45           | 3,65         | 6,30         | 19,18         | 106,50        |
| <b>ИТОГО по приему: Обед</b> |                                                                                          | <b>92,64</b> | <b>24,91</b> | <b>19,62</b> | <b>108,10</b> | <b>840,43</b> |

Бух.Калькулятор

Шеф-повар

Ведущий технолог

//

//