

И.О. директора О.А. Сапошников

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Лицей общеобразовательная школа № 14 имени А.Ф. Лебедева г. Томск»

ООО «Переменка»

Школа (лицей, гимназия) № 14

02

06

Меню с _____ по _____ декабря 2024 г.

Обучающихся с ОВЗ 7-11 лет (завтрак+ обед, 1 смена)

из расчета 152-00 руб. на одного ребенка в день

Рацион	Выход гр, мл шт	Энергет. ценность ккал	Белки гр	Жиры гр	Углеводы гр	Цена
Дата 02.12. 2024 Завтрак						
Каша молочная манная с маслом сливочным	200	268,0	12,2	5,8	42,4	25-77
Сыр порционно	24	38,0	2,5	4,0	2,0	19-84
Масло сливочное	10	75,0	0,1	8,2	0,1	14-17
Какао	200	150,6	5,8	3,8	29,4	24-62
Батон	30	57,9	2,3	0,3	11,5	3-60
Итого		589,5	22,9	22,1	85,4	88-00
Обед						
Печень «по-строгановски»	100	203,0	11,6	14,8	7,9	39-12
Каша гречневая	150	220,0	7,7	6,6	43,1	12-83
Компот из лимона	200	133,0	0,5	0,0	34,0	9-17
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничный	20/20	94,0	3,2	0,4	19,3	2-88
Итого		650,0	23,0	21,8	104,3	64-00
Всего		1239,0	45,9	43,9	189,7	152-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 03.12. 2024 Завтрак						
Овощи свежие порционно Помидор	50					27-82
Тефтели (говядина)	110	266,0	13,0	15,6	20,7	38-73
Макаронные изделия отварные	150	200,5	5,5	5,0	34,9	13-27
Чай с сахаром, лимоном	200/7	58,0	0,2	0,0	15,0	6-02
Хлеб пшеничный	30	57,9	2,3	0,3	11,5	2-16
Итого		582,4	21,0	20,9	82,1	88-00
Обед						
Голубцы «ленивые» (курица)	100	206,0	18,0	16,6	10,7	33-64
Рис отварной рассыпчатый	150	228,0	3,8	6,1	38,6	19-92
Компот из сухофруктов	200	133,0	0,5	0,0	34,0	7-56
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничный	20/20	94,0	3,2	0,4	19,3	2-88
Итого		661,0	24,8	23,1	102,6	64-00
Всего		1243,4	45,8	44,0	184,7	152-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 04.12.2024 Завтрак						
Овощи свежие порционно Огурец	21					9-32
Жаркое «по-домашнему» (курица)	250	470,8	16,7	19,5	56,3	73-84
Чай с сахаром	200	58,0	0,2	0,0	15,0	2-68
Хлеб пшеничный	30	57,9	2,3	0,3	11,5	2-16

Итого		586,7	19,2	19,8	82,8	88-00
Обед						
Рыба, тушеная в томате с овощами (минтай)	100	288,7	19,7	22,5	41,3	37-53
Каша гречневая	150	220,0	7,7	6,6	43,1	12-83
Кисель плодово-ягодный	200	119,0	0,0	0,0	30,6	10-76
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничный	20/20	94,0	3,2	0,4	19,3	2-88
Итого		721,7	30,6	29,5	134,3	64-00
Всего		1308,4	49,8	49,3	217,1	152-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 05.12.2024						
Завтрак						
Сыр порционн	17					14-50
Омлет натуральный	105	395,0	17,0	12,4	54,0	53-05
Масло сливочное	10	75,0	0,1	8,2	0,1	14-17
Чай с сахаром	200	58,0	0,2	0,0	15,0	2-68
Батон	30	57,9	2,3	0,3	11,5	3-60
Итого		585,9	19,6	20,9	80,6	88-00
Обед						
Поджарка из птицы	90	255,0	16,6	16,2	17,9	41-39
Макаронные изделия отварные	150	200,5	5,5	5,0	34,9	13-27
Компот из апельсинов	200	133,0	0,5	0,0	34,0	6-46
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничный	20/20	94,0	3,2	0,4	19,3	2-88
Итого		682,5	22,0	21,6	106,1	64-00
Всего		1268,4	41,6	42,5	186,7	152-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 06.12.2024						
Завтрак						
Каша молочная геркулесовая с м/с	200	289,0	16,2	12,8	42,4	25-87
Масло сливочное	10	75,0	0,1	8,2	0,1	14-17
Чай с сахаром, с лимоном	200/7	59,0	0,3	0,0	15,2	6-02
Батон	30	57,9	2,3	0,3	11,5	3-60
Яблоко запеченное	140	107,0	0,3	0,3	16,7	38-34
Итого		587,9	19,2	21,6	85,9	88-00
Обед						
Биточек рыбный (минтай)	90	229,0	12,7	14,3	25,4	19-17
Картофельное пюре	150	156,0	3,3	5,6	22,3	29-06
Напиток из морса брусничного	200	133,0	0,5	0,0	34,0	12-89
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничный	20/20	94,0	3,2	0,4	19,3	2-88
Итого		830,0	38,5	28,5	168,2	64-00
Всего		1446,9	52,2	54,1	266,1	152-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						

И.О. директора О.А. Сапошников

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 14 имени А.Ф. Лебедова г. Томска

ООО «Переменка»

Школа (лицей, гимназия) № 14

02 06
Меню с _____ по _____ декабря 2024 г.
Обучающихся с ОБЗ 7-11 лет (обед+полдник, 2 смена)
из расчета 152-00 руб. на одного ребенка в день

Рацион	Выход гр, мл, шт	Энергет. ценность ккал	Белки гр	Жиры гр	Углеводы гр	Цена
Дата 02.12. 2024 Обед						
Овощи свежие порционно	55					24-04
Огурец						
Суп картофельный с бобовыми	200	167,0	4,5	5,9	11,8	10-76
Печень «по-строгановски»	100	203,0	11,6	14,8	7,9	48-32
Каша гречневая	150	220,0	7,7	6,6	43,1	12-83
Компот из лимона	200	133,0	0,5	0,0	34,0	9-17
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничный	20/20	94,0	3,2	0,4	19,3	2-88
Итого		817,0	27,5	27,7	116,1	108-00
Полдник						
Фруктовый нектар	200	116,0	0,3	0,0	19,2	20-16
Изделие кулинарное или кондитерское	50	171,0	4,0	4,2	29,1	23-84
Итого		287,0	4,3	4,2	48,3	44-00
Всего		1104,0	31,8	31,9	164,4	152-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 03.12. 2024 Обед						
Овощи свежие порционно	25					13-87
Помидор						
Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	168,0	2,4	4,6	14,1	14-09
Голубцы «ленивые» (курица)	100	206,0	18,0	16,6	10,7	35-54
Рис с овощами (зеленый горошек, кукуруза)	150	228,0	3,8	6,1	38,6	34-06
Компот из сухофруктов	200	133,0	0,5	0,0	34,0	7-56
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничный	20/20	94,0	3,2	0,4	19,3	2-88
Итого		829,0	27,2	27,7	116,7	108-00
Полдник						
Фруктовый нектар	200	116,0	0,3	0,0	19,2	20-16
Изделие кулинарное или кондитерское	50	171,0	4,0	4,2	29,1	23-84
Итого		287,0	4,3	4,2	48,3	44-00
Всего		1116,0	31,5	31,9	165,0	152-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						

Дата	04.12.2024	Обед					
Овощи свежие порционно	43						19-10
Огурец							
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	227,0	5,4	4,8	25,5		11-72
Рыба, тушеная в томате с овощами (минтай)	100	288,7	19,7	22,5	41,3		50-71
Каша гречневая	150	220,0	7,7	6,6	43,1		12-83
Кисель плодово-ягодный	200	119,0	0,0	0,0	30,6		10-76
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничный	20/20	94,0	3,2	0,4	19,3		2-88
Итого		948,7	36,0	34,3	159,8		108-00
Полдник							
Фруктовый нектар	200	116,0	0,3	0,0	19,2		20-16
Изделие кулинарное или кондитерское	50	171,0	4,0	4,2	29,1		23-84
Итого		287,0	4,3	4,2	48,3		44-00
Всего		1235,7	40,3	38,5	208,1		152-00
Количество учащихся							
Директор							
Повар-бригадир							
Дата	05.12.2024	Обед					
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	177,5	1,9	6,4	19,8		13-35
Поджарка из птицы	90	255,0	16,6	16,2	17,9		68-61
Макаронные изделия отварные	190	200,5	5,5	5,0	34,9		16-70
Компот их апельсинов	200	133,0	0,5	0,0	34,0		6-46
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничный	20/20	94,0	3,2	0,4	19,3		2-88
Итого		860,0	23,9	28,0	125,9		108-00
Полдник							
Фруктовый нектар	200	116,0	0,3	0,0	19,2		20-16
Изделие кулинарное или кондитерское	50	171,0	4,0	4,2	29,1		23-84
Итого		287,0	4,3	4,2	48,3		44-00
Всего		1147,0	28,2	32,2	174,2		152-00
Количество учащихся							
Директор							
Повар-бригадир							

Дата	06.12.2024	Обед					
Суп ячневый	200	228,0	9,0	7,0	17,0		11-65
Биточек рыбный (минтай)	90	229,0	12,7	14,3	25,4		47-84
Картофельное пюре	170	156,0	3,3	5,6	22,3		32-74
Напиток из морса брусничного	200	133,0	0,5	0,0	34,0		12-89
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничный	20/20	94,0	3,2	0,4	19,3		2-88
Итого		840,0	28,7	27,3	118,0		108-00
Полдник							
Фруктовый нектар	200	116,0	0,3	0,0	19,2		20-16
Изделие кондитерское или кулинарное	50	171,0	4,0	4,2	29,1		23-84
Итого		287,0	4,3	4,2	48,3		44-00
Всего		1127,0	33,0	31,5	166,3		152-00
Количество учащихся							
Директор							
Повар-бригадир							

И.О. директора О.А. Сепошишова

Муниципальное автономное учреждение
школа № 14 имени А.Ф. Лаврова г. Томск

ООО «Переменка»

Школа (лицей, гимназия) № 14

02

07

Меню с _____ по _____ декабря 2024 г.

на обеспечение питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья

из расчета 166,00 руб. на одного ребенка в день

(возрастная категория с 12 до 18 лет, 1 смена завтрак+обед)

Рацион	Выход гр, мл, шт	Энергет. ценность ккал	Белки гр	Жиры гр	Углеводы гр	Цена
Дата 02.12.2024 Завтрак						
Каша молочная манная с маслом сливочным	200	268,0	12,2	5,8	42,4	25-77
Сыр порционно	26	38,0	2,5	4,0	2,0	21-84
Масло сливочное	10	75,0	0,1	8,2	0,1	14-17
Какао	200	150,6	5,8	3,8	29,4	24-62
Батон	30	57,9	2,3	0,3	11,5	3-60
Итого		689,5	22,9	22,1	85,4	90-00
Обед						
Печень «по-строгановски»	100	203,0	11,6	14,8	7,9	48-32
Каша гречневая	180	264,0	9,2	7,6	43,1	15-48
Компот из лимона	200	133,0	0,5	0,0	34,0	9-17
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничный	20/22	94,0	3,2	0,4	19,3	3-03
Итого		694,0	24,5	21,8	104,3	76-00
Всего		1383,5	47,4	43,9	189,7	166-00
Количество учащихся						
Директор школы						
Повар-бригадир						
Дата 03.12.2024 Завтрак						
Овощи свежие Помидор	48					27-25
Тефтели (говядина)	110	266,0	13,0	15,6	20,7	38-73
Макаронные изделия отварные	180	240,6	5,9	6,0	41,8	15-84
Чай с сахаром, лимоном	200/7	58,0	0,2	0,0	15,0	6-02
Хлеб пшеничный	30	57,9	2,3	0,3	11,5	2-16
Итого		622,5	21,4	21,9	89,0	90-00
Обед						
Овощи свежие Помидор	11					6-23
Голубцы «ленивые» (курица)	100	246,0	12,8	13,9	4,5	35-54
Рис отварной рассыпчатый	180	273,6	4,8	6,5	38,6	23-79
Компот из сухофруктов	200	133,0	0,5	0,0	34,0	7-56
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничный	20/20	94,0	3,2	0,4	19,3	2-88
Итого		746,6	21,3	21,8	96,4	76-00
Всего		1369,1	42,7	43,7	185,4	166-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 04.12.2024 Завтрак						
Овощи свежие порционно Огурец	25					11-32
Жаркое «по-домашнему» (курица)	250	470,8	16,7	19,5	56,3	73-84
Чай с сахаром	200	58,0	0,2	0,0	15,0	2-68
Хлеб пшеничный	30	57,9	2,3	0,3	11,5	2-16
Итого		686,7	19,2	19,8	82,8	90-00

Обед						
Рыба, тушеная в томате с овощами (минтай)	100	288,7	19,7	22,5	41,3	46-88
Каша гречневая	180	264,0	9,2	7,6	43,1	15-48
Кисель плодово-ягодный	200	119,0	0,0	0,0	30,6	10-76
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничный	20/20	94,0	3,2	0,4	19,3	2-88
Итого		765,7	32,1	30,5	134,3	76-00
Всего		1452,4	51,3	50,3	217,1	166-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 05.12. 2024 Завтрак						
Сыр порционн	20					16-50
Омлет натуральный	105	395,0	17,0	12,4	54,0	53-05
Масло сливочное	10	75,0	0,1	8,2	0,1	14-17
Чай с сахаром	200	58,0	0,2	0,0	15,0	2-68
Батон	30	57,9	2,3	0,3	11,5	3-60
Итого		685,9	19,6	20,9	80,6	90-00
Обед						
Поджарка из птицы	100	255,0	16,6	16,2	17,9	50-82
Макаронные изделия отварные	180	240,6	5,9	6,0	41,8	15-84
Компот из апельсинов	200	133,0	0,5	0,0	34,0	6-46
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничный	20/20	94,0	3,2	0,4	19,3	2-88
Итого		722,6	26,2	22,6	113,0	76-00
Всего		1408,5	45,8	43,5	193,6	166-00
Количество уч-ся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 06.12. 2024 Завтрак						
Каша молочная геркулесовая с маслом сливочным	200	289,0	16,2	12,8	42,4	25-87
Масло сливочное	12	75,0	0,1	8,2	0,1	16-17
Чай с сахаром, с лимоном	200/7	59,0	0,3	0,0	15,2	6-02
Батон	30	57,9	2,3	0,3	11,5	3-60
Яблоко запеченное	140	107,0	0,3	0,3	26,7	38-34
Итого		687,9	19,2	21,6	85,9	90-00
Обед						
Биточек рыбный (минтай)	100	286,0	15,8	17,8	31,7	25-37
Картофельное пюре	180	195,0	4,1	7,7	27,5	34-86
Напиток из морса брусничного	200	133,0	0,5	0,0	34,0	12-89
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничный	20/20	94,0	3,2	0,4	19,3	2-88
Итого		708,0	23,6	25,9	112,5	76-00
Всего		1395,9	42,8	47,5	198,4	166-00
Количество уч-ся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 07.12.2024 Завтрак						
Каша молочная ячневая с маслом сливочным	200	268,0	12,2	5,8	42,4	25-44
Сыр порционн	26	38,0	2,5	4,0	2,0	22-17
Масло сливочное	10	75,0	0,1	8,2	0,1	14-17

Какао	200	150,6	5,8	3,8	29,4	24-62
Батон	30	57,9	2,3	0,3	11,5	3-60
Итого		689,5	22,9	22,1	85,4	90-00
Обед						
Тефтели (говядина)	110	266,0	13,0	15,6	20,7	38-73
Рис отварной рассыпчатый	180	273,6	4,8	6,5	38,6	23-79
Компот из сухофруктов	200	133,0	0,5	0,0	34,0	7-56
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничный	40/42	94,0	3,2	0,4	19,3	5-92
Итого		766,6	21,5	22,5	112,6	76-00
Всего		1456,1	44,4	44,6	198,0	166-00
Количество уч-ся						
Директор						
Повар-бригадир						

И.О. директора О.А. Сопотникова

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 14 имени А.Ф. Лебедева г. Томска»

ООО «Переменка»

Школа (лицей, гимназия) №

02

07

Меню с _____ по _____ декабря 2024 г.

на обеспечение питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья
из расчета 166,00 руб. на одного ребенка в день
(возрастная категория с 12 до 18 лет, 2 смена обед+полдник)

Рацион	Выход гр, мл, шт	Энергет. ценность ккал	Белки гр	Жиры гр	Углеводы гр	Цена
Дата 02.12.2024						
Обед						
Овощи свежие порционно	46					20-70
Огурец						
Суп картофельный с бобовыми	250	208,0	5,6	7,3	19,7	13-45
Печень «по-строгановски»	100	203,0	11,6	14,8	7,9	48-32
Каша гречневая	180	264,0	9,2	7,6	43,1	15-48
Компот из лимона	200	133,0	0,5	0,0	34,0	9-17
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничный	20/20	94,0	3,2	0,4	19,3	2-88
Итого		902,0	30,1	29,1	124,0	110-00
Полдник						
Фруктовый нектар	200	116,0	0,3	0,0	19,2	20-16
Изделие кондитерское или кулинарное	50	171,0	4,0	4,2	29,1	35-84
Итого		287,0	4,3	4,2	48,3	56-00
Всего		1189,0	34,4	33,3	172,3	166-00
Количество уч-ся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 03.12.2024						
Обед						
Овощи свежие порционно	40					22-61
Помидор						
Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	210,0	3,0	5,7	17,6	17-62
Голубцы «ленивые» (курица)	100	246,0	12,8	13,9	4,5	35-54
Рис отварной рассыпчатый	180	273,6	4,8	6,5	38,6	23-79
Компот из сухофруктов	200	133,0	0,5	0,0	34,0	7-56
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничный	20/20	94,0	3,2	0,4	19,3	2-88
Итого		956,6	11,5	12,6	114,4	110-00
Полдник						
Фруктовый нектар	200	116,0	0,3	0,0	19,2	20-16
Изделие кондитерское или кулинарное	50	171,0	4,0	4,2	29,1	35-84
Итого		287,0	4,3	4,2	48,3	56-00
Всего		1243,6	15,8	16,8	162,7	166-00
Количество уч-ся						
Директор						
Повар-бригадир						

Дата	04.12.2024					
Обед						
Овощи свежие Помидор	27					15-51
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	285,0	6,5	6,5	32,5	14-66
Рыба, тушеная в томате с овощами (минтай)	100	288,7	19,7	22,5	41,3	50-71
Каша гречневая	180	264,0	9,2	7,6	43,1	15-48
Кисель плодово-ягодный	200	119,0	0,0	0,0	30,6	10-76
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничный	20/20	94,0	3,2	0,4	19,3	2-88
Итого		1050,7	38,6	37,0	166,8	110-00

Полдник						
Фруктовый нектар	200	116,0	0,3	0,0	19,2	20-16
Изделие кондитерское или кулинарное	50	171,0	4,0	4,2	29,1	35-84
Итого		287,0	4,3	4,2	48,3	56-00
Всего		1337,7	42,9	41,2	215,1	166-00

Количество уч-ся						
Директор						
Повар-бригадир						

Дата	05.12.2024					
Обед						
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	220,5	1,9	6,4	19,8	16-69
Поджарка из птицы	100	255,0	16,6	16,2	17,9	68-13
Макаронные изделия отварные	180	240,6	5,9	6,0	41,8	15-84
Компот из апельсинов	200	133,0	0,5	0,0	34,0	6-46
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничный	20/20	94,0	3,2	0,4	19,3	2-88
Итого		943,1	28,1	29,0	132,8	110-00

Полдник						
Фруктовый нектар	200	116,0	0,3	0,0	19,2	20-16
Изделие кондитерское или кулинарное	50	171,0	4,0	4,2	29,1	35-84
Итого		287,0	4,3	4,2	48,3	56-00
Всего		1230,1	32,4	33,2	181,1	166-00

Количество уч-ся						
Директор						
Повар-бригадир						

Дата	06.12.2024					
Обед						
Суп ячневый	250	285,0	11,0	9,0	23,0	14-56
Биточек рыбный (минтай)	100	286,0	15,8	17,8	31,7	44-81
Картофельное пюре	180	195,0	4,1	7,7	27,5	34-86
Напиток из морса брусничного	200	133,0	0,5	0,0	34,0	12-89
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничный	20/20	94,0	3,2	0,4	19,3	2-88
Итого		993,0	34,6	34,9	135,5	110-00

Полдник						
Фруктовый нектар	200	116,0	0,3	0,0	19,2	20-16
Изделие кондитерское или кулинарное	50	171,0	4,0	4,2	29,1	35-84
Итого		287,0	4,3	4,2	48,3	56-00
Всего		1280,0	38,9	39,1	174,4	166-00

Количество уч-ся						
Директор						
Повар-бригадир						

Дата	07.12.2024					
Обед						
Овощи свежие порционно						19-42
Помидор						
Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	210,0	3,0	5,7	17,6	17-62
Тефтели (говядина)	110	266,0	13,0	15,6	20,7	38-73
Рис отварной рассыпчатый	180	273,6	4,8	6,5	38,6	23-79
Компот из сухофруктов	200	133,0	0,5	0,0	34,0	7-56
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничный	20/20	94,0	3,2	0,4	19,3	2-88
Итого		976,6	24,5	28,2	130,2	110-00
Полдник						
Фруктовый нектар	200	116,0	0,3	0,0	19,2	20-16
Изделие кондитерское или кулинарное	50	171,0	4,0	4,2	29,1	35-84
Итого		287,0	4,3	4,2	48,3	56-00
Всего		1263,6	28,8	32,4	178,5	166-00
Количество уч-ся						
Директор						

И.О. директор Сопотинское
И.О. директор

