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

Директор О.А. Сопошникова

ООО «Переменка»

Школа (лицей, гимназия) № 14

Меню с 03 по 07 марта 2025 г.

Обучающихся с ОВЗ 7-11 лет (завтрак+ ДЛ , 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 03.03.2025 Завтрак						
Каша молочная рисовая с м/с	200	328,0	18,2	18,8	47,4	34-77
Чай с сахаром	200	58,0	0,2	0,0	15,0	3-38
Хлеб пшеничный	60	57,9	2,3	0,3	11,5	4-92
Фрукт Мандарин 1 шт	100	147,0	0,2	0,3	9,8	44-93
Итого		**590,9**	**20,9**	**19,4**	**83,7**	**88-00**
Второй прием пищи						
Фруктовый нектар	200	116,0	0,3	0,0	19,2	21-77
Пирожное «Рыжик»	50	171,0	4,0	4,2	29,1	42-23
Итого		**287,0**	**4,3**	**4,2**	**48,3**	**64-00**
Всего		**874,9**	**23,6**	**24,5**	**131,3**	**152-00**
Количество учащихся						
Директор	О.А. Сопошникова					
Повар-бригадир	Волковская					

Дата 04.03. 2025 Завтрак						
Овощи свежие порционно Огурец	12					6-64
Фрикадельки (курица)	90	252,0	12,8	13,9	17,4	47-80
Рис отварной рассыпчатый	150	228,0	3,8	6,1	38,6	25-26
Чай с сахаром	200	58,0	0,2	0,0	15,0	3-38
Хлеб пшеничный	60	57,9	2,3	0,3	11,5	4-92
Итого		**595,9**	**19,1**	**20,3**	**82,5**	**88-00**
Второй прием пищи						
Фрукт Банан	220	147,0	0,2	0,3	9,8	64-00
Итого		**147,0**	**0,2**	**0,3**	**9,8**	**64-00**
Всего		**748,9**	**23,4**	**22,8**	**92,1**	**152-00**
Количество учащихся						
Директор	О.А. Сопошникова					
Повар-бригадир	Волковская					

Дата 05.03.2025 Завтрак						
Запеканка из творога с морковью, со сгущенным молоком	150/20	422,0	17,0	19,2	44,9	77-55
Желе фруктовое	70	50,0	1,0	0,0	12,0	7-49
Чай с сахаром	200	58,0	0,2	0,0	15,0	3-38
Хлеб пшеничный	60	57,9	2,3	0,3	11,5	4-92
Итого		**587,9**	**20,5**	**19,5**	**83,4**	**88-00**
Второй прием пищи						
Фруктовый нектар	200	116,0	0,3	0,0	19,2	21-77
Маффин с шоколадом	50	171,0	4,0	4,2	29,1	42-23
Итого		**287,0**	**4,3**	**4,2**	**48,3**	**64-00**
Всего		**873,7**	**23,5**	**24,0**	**131,1**	**152-00**
Количество учащихся						
Директор	О.А. Сопошникова					
Повар-бригадир	Волковская					

Дата 06.03.2025 Завтрак						
Каша молочная пшенная с м/сл	200	359,0	14,2	7,8	54,4	28-46
Сыр порционно	20	38,0	2,5	4,0	2,0	20-59
Масло сливочное	10	75,0	0,1	8,2	0,1	15-08
Чай с сахаром	200	58,0	0,2	0,0	15,0	3-38
Хлеб пшеничный	70	57,9	2,3	0,3	11,5	5-74
Печенье песочное	20					14-75
Итого		**587,9**	**19,3**	**20,3**	**83,0**	**88-00**
Второй прием пищи						
Чай с сахаром	200	58,0	0,2	0,0	15,0	3-38
Плюшка сахарная	50	171,0	4,0	4,2	29,1	12-62
Фрукт Мандарин	100	147,0	0,2	0,3	9,8	48-00
Итого		**376,0**	**4,4**	**4,5**	**53,9**	**64-00**
Всего		**963,0**	**23,7**	**24,8**	**136,9**	**152-00**
Количество учащихся						
Директор		О.А. Соломинова				
Повар-бригадир						

Дата 07.03.2025						
Завтрак						
Азу (курица)	40/210	470,0	17,3	19,6	56,7	80-95
Чай с сахаром	200	58,0	0,2	0,0	15,0	3-38
Хлеб пшеничный	60	57,9	2,3	0,3	11,5	4-92
Итого		**585,9**	**19,8**	**19,9**	**83,2**	**88-00**
Второй прием пищи						
Фруктовый нектар	200	116,0	0,3	0,0	19,2	21-77
Маффин Ванильный	50	171,0	4,0	4,2	29,1	42-23
Итого		**287,0**	**4,3**	**4,2**	**48,3**	**64-00**
Всего		**873,9**	**23,4**	**25,8**	**132,0**	**152-00**
Количество учащихся						
Директор		О.А. Соломинова				
Повар-бригадир						

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

Директор О.А. Сопошникова

ООО «Переменка» **Школа (лицей, гимназия) №**

Меню с 03 по 07 марта 2025 г.

Обучающихся с ОВЗ 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 03.03. 2025						
Обед						
Овощи свежие Огурец	21					12-13
Суп картофельный с бобовыми	200	167,0	4,5	5,9	15,8	11-74
Шницель из курицы	90	222,0	11,4	15,1	13,7	48-64
Каша гречневая	150	220,0	7,7	6,6	43,1	14-31
Компот из изюма	200	120,0	0,6	0,0	25,4	11-34
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничн	120	94,0	3,2	0,4	19,3	9-84
Итого		**823,0**	**27,4**	**28,0**	**117,3**	**108-00**
Полдник						
Фруктовый нектар	200	116,0	0,3	0,0	19,2	21-77
Булочка «Сластена»	50	171,0	4,0	4,2	29,1	22-23
Итого		**287,0**	**4,3**	**4,2**	**48,3**	**44-00**
Всего		**1111,0**	**32,2**	**31,8**	**166,0**	**152-00**
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 04.03. 2025						
Обед						
Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	168,0	2,4	4,6	14,1	15-72
Фрикадельки (курица)	90	202,0	17,8	15,9	12,4	47-80
Рис отварной рассыпчатый	150	228,0	3,8	6,1	38,6	25-26
Компот из свежих яблок	200	135,0	0,5	0,0	34,0	9-38
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничн	120	94,0	3,2	0,4	19,3	9-84
Итого		**827,0**	**27,7**	**27,0**	**118,4**	**108-00**
Полдник						
Фруктовый нектар	200	116,0	0,3	0,0	19,2	21-77
Плюшка сахарная	75	171,0	4,0	4,2	29,1	22-23
Итого		**287,0**	**4,3**	**4,2**	**48,3**	**44-00**
Всего		**1114,0**	**32,0**	**31,2**	**166,7**	**152-00**
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 05.03. 2025						
Обед						
Рассольник со сметаной (перловка)	200	172,0	3,1	4,3	14,1	24-26
Котлета «Здоровье» (курица)	90	229,0	15,9	17,9	18,9	51-86
Макаронные изделия отварные	150	200,5	5,5	5,0	34,9	13-75
Компот из сухофруктов	200	127,0	0,2	0,0	32,8	8-29
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничн	120	94,0	3,2	0,4	19,3	9-84
Итого		**822,5**	**27,9**	**27,6**	**120,0**	**108-00**
Полдник						

Фруктовый нектар	200	116,0	0,3	0,0	19,2	21-77
Пирог с повидлом	50	171,0	4,0	4,2	29,1	22-23
Итого		**287,0**	**4,3**	**4,2**	**48,3**	**44-00**
Всего		**1109,5**	**32,2**	**31,8**	**168,3**	**152-00**
Количество учащихся						
Директор		О.А. Сопошникова				
Повар-бригадир		Болтовская				
Дата 06.03. 2025 **Обед**						
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	187,5	1,9	6,4	19,8	15-30
Тефтели рыбные (минтай)	125	236,0	19,0	15,6	23,7	42-21
Картофельное пюре	150	156,0	3,3	5,6	22,3	32-43
Кисель плодово-ягодный	200	139,0	0,0	0,0	31,6	11-69
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничн	120	94,0	3,2	0,4	19,3	9-84
Итого		**812,5**	**27,4**	**28,0**	**116,7**	**108-00**
Полдник						
Фруктовый нектар	200	116,0	0,3	0,0	19,2	21-77
Булочка сдобная сахарная	50	171,0	4,0	4,2	29,1	22-23
Итого		**287,0**	**4,3**	**4,2**	**48,3**	**44-00**
Всего		**1099,5**	**31,7**	**32,2**	**165,0**	**152-00**
Количество учащихся						
Директор		О.А. Сопошникова				
Повар-бригадир		Болтовская				

Дата 07.03. 2025 **Обед**						
Суп с клецками	200	173,0	4,4	6,6	20,7	13-31
Азу (курица)	40/210	425,0	20,3	19,6	45,7	80-95
Компот из апельсинов	200	133,0	0,5	0,0	34,0	6-48
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничн	120	94,0	3,2	0,4	19,3	9-84
Итого		**825,0**	**28,4**	**26,6**	**109,7**	**108-00**
Полдник						
Фруктовый нектар	200	116,0	0,3	0,0	19,2	21-77
Рогалик с повидлом	50	171,0	4,0	4,2	29,1	22-23
Итого		**287,0**	**4,3**	**4,2**	**48,3**	**44-00**
Всего		**1112,0**	**32,7**	**30,8**	**158,0**	**152-00**
Количество учащихся						
Директор		О.А. Сопошникова				
Повар-бригадир		Болтовская				

Директор О.А. Сопошникова

ООО «Переменка» **Школа (лицей, гимназия) № 14**

Меню с 03 по 07 марта 2025 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+(2-4))

Рацион	Выход гр, мл, шт	Энергет. ценность ккал	Белки гр	Жиры гр	Углеводы гр	Цена
Дата 03.03. 2025 Завтрак						
Каша молочная рисовая с м/с	200	328,0	18,2	18,8	47,4	34-77
Чай с сахаром	200	58,0	0,2	0,0	15,0	3-38
Хлеб пшеничный	60	57,9	2,3	0,3	11,5	4-92
Фрукт Мандарин 1 шт	100	147,0	0,2	0,3	9,8	46-93
Итого		**590,9**	**20,9**	**19,4**	**83,7**	**90-00**
Второй прием пищи						
Фруктовый нектар	200	116,0	0,3	0,0	19,2	21-77
Изделие кондитерское или кулинарное	50	171,0	4,0	4,2	29,1	54-23
Итого		**287,0**	**4,3**	**4,2**	**48,3**	**76-00**
Всего		**877,9**	**25,2**	**23,6**	**132,0**	**166-00**
Количество учащихся						
Директор школы						
Повар-бригадир						
Дата 04.03. 2025 Обед						
Овощи свежие порционно Огурец	60					3-31
Фрикадельки (курица)	100	252,0	12,8	13,9	17,4	53-13
Рис отварной рассыпчатый	150	228,0	3,8	6,1	38,6	25-26
Чай с сахаром	200	58,0	0,2	0,0	15,0	3-38
Хлеб пшеничный	60	57,9	2,3	0,3	11,5	4-92
Итого		**595,9**	**19,1**	**20,3**	**82,5**	**90-00**
Второй прием пищи						
Фрукт Банан 1 шт	260	147,0	0,2	0,3	9,8	76-00
Итого		**147,0**	**0,2**	**0,3**	**9,8**	**76-00**
Всего		**742,9**	**19,3**	**20,6**	**92,3**	**166-00**
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 05.03. 2025 Завтрак						
Запеканка из творога с морковью, со сгущенным молоком	150/20	422,0	17,0	19,2	44,9	77-55
Желе фруктовое	70	50,0	1,0	0,0	12,0	7-49
Чай с сахаром	200	58,0	0,2	0,0	15,0	3-38
Хлеб пшеничный	60	57,9	2,3	0,3	11,5	4-92
Итого		**587,9**	**20,5**	**19,5**	**83,4**	**90-00**
Второй прием пищи						
Фруктовый нектар	200	116,0	0,3	0,0	19,2	21-77

Изделие кондитерское или кулинарное	50	171,0	4,0	4,2	29,1	54-23
Итого		**287,0**	**4,3**	**4,2**	**48,3**	**76-00**
Всего		**874,9**	**24,8**	**23,7**	**215,1**	**166-00**
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 06.03. 2025						
Завтрак						
Каша молочная пшенная с м/сл	200	359,0	14,2	7,8	54,4	28-46
Сыр порционно	22	38,0	2,5	4,0	2,0	22-59
Масло сливочное	10	75,0	0,1	8,2	0,1	15-08
Чай с сахаром	200	58,0	0,2	0,0	15,0	3-38
Хлеб пшеничный	70	57,9	2,3	0,3	11,5	5-74
Печенье песочное	20					14-75
Итого		**587,9**	**19,3**	**20,3**	**83,0**	**90-00**
Второй прием пищи						
Фруктовый нектар	200	116,0	0,3	0,0	19,2	21-77
Изделие кондитерское или кулинарное	50	171,0	4,0	4,2	29,1	30-23
Фрукт Яблоко 1 шт	100	147,0	0,2	0,3	9,8	24-00
Итого		**434,0**	**4,5**	**4,5**	**58,1**	**76-00**
Всего		**1021,9**	**24,1**	**24,8**	**139,1**	**166-00**
Количество уч-ся						
Директор						
Повар-бригадир						

Дата 07.03. 2025						
Завтрак						
Азу (курица)	40/210	470,0	17,3	19,6	56,7	80-95
Чай с сахаром	200	58,0	0,2	0,0	15,0	3-38
Хлеб пшеничный	69	57,9	2,3	0,3	11,5	5-67
Итого		**585,9**	**19,8**	**19,9**	**83,2**	**90-00**
Второй прием пищи						
Фруктовый нектар	200	116,0	0,3	0,0	19,2	21-77
Изделие кондитерское или кулинарное	50	171,0	4,0	4,2	29,1	30-23
Фрукт Яблоко 1 шт	100	147,0	0,2	0,3	9,8	24-00
Итого		**434,0**	**4,5**	**4,5**	**58,1**	**76-00**
Всего		**1019,9**	**24,3**	**24,4**	**141,3**	**166-00**
Количество уч-ся						
Директор						
Повар-бригадир						

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

Директор О.А. Сопошникова

ООО «Переменка» **Школа (лицей, гимназия) № 07**

Меню с 03 по 07 марта 2025 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 03.03.2025 Обед						
Суп картофельный с бобовыми	250	208,0	5,6	7,3	19,7	14-67
Шницель из курицы	100	270,0	18,0	18,1	17,0	54-05
Каша гречневая	180	264,0	9,2	7,6	43,1	17-26
Компот из ягодно-фрукт. смеси	200	133,0	0,5	0,0	34,0	14-25
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничн	120	94,0	3,2	0,4	19,3	9-84
Итого		**969,0**	**36,5**	**33,4**	**133,1**	**110-00**
Полдник						
Фруктовый нектар	200	116,0	0,3	0,0	19,2	21-77
Изделие кондитерское или кулинарное	50	171,0	4,0	4,2	29,1	34-23
Итого		**287,0**	**4,3**	**4,2**	**48,3**	**56-00**
Всего		**1256,0**	**40,8**	**37,6**	**172,0**	**166-00**
Количество уч-ся						
Директор		О.А. Сопошникова				
Повар-бригадир		Болтовская				
Дата 04.03.2025 Обед						
Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	210,0	3,0	5,7	17,6	19-65
Фрикадельки (курица)	100	290,0	15,5	20,7	15,5	53-13
Рис отварной рассыпчатый	180	273,6	4,8	6,5	38,6	30-16
Компот из свежих яблок	200	133,0	0,5	0,0	34,0	9-38
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничн	120	94,0	3,2	0,4	19,3	9-84
Итого		**1000,6**	**27,0**	**33,3**	**125,0**	**110-00**
Полдник						
Фруктовый нектар	200	116,0	0,3	0,0	19,2	21-77
Изделие кондитерское или кулинарное	50	171,0	4,0	4,2	29,1	34-23
Итого		**287,0**	**4,3**	**4,2**	**48,3**	**56-00**
Всего		**1287,0**	**31,3**	**37,5**	**163,9**	**166-00**
Количество уч-ся						
Директор		О.А. Сопошникова				
Повар-бригадир		Болтовская				
Дата 05.03.2025 Обед						
Рассольник со сметаной (перловка)	250	265,0	3,8	5,3	17,1	30-32
Котлета «Здоровье» (курица)	100	286,0	19,8	22,3	23,5	57-62
Макаронные изделия отварные	180	240,6	5,9	6,0	41,8	16-41
Компот из лимона	200	133,0	0,5	0,0	34,0	9-22
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничн	120	94,0	3,2	0,4	19,3	9-84
Итого		**1018,6**	**33,2**	**34,0**	**135,7**	**110-00**
Полдник						
Фруктовый нектар	200	116,0	0,3	0,0	19,2	21-77

Изделие кондитерское или кулинарное	50	171,0	4,0	4,2	29,1	34-23
Итого		**287,0**	**4,3**	**4,2**	**48,3**	**56-00**
Всего		**1305,6**	**37,5**	**38,2**	**174,6**	**166-00**
Количество уч-ся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 06.03.2025						
Обед						
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	220,5	1,9	6,4	19,8	19-38
Тефтели рыбные (минтай)	125	206,0	17,0	17,6	22,7	42-21
Картофельное пюре	180	195,0	4,1	7,7	27,5	38-90
Кисель плодово-ягодный	200	119,0	0,0	0,0	30,6	11-69
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничн	120	94,0	3,2	0,4	19,3	9-84
Итого		**834,5**	**26,2**	**32,1**	**119,9**	**110-00**
Полдник						
Фруктовый нектар	200	116,0	0,3	0,0	19,2	21-77
Изделие кондитерское или кулинарное	50	171,0	4,0	4,2	29,1	34-23
Итого		**287,0**	**4,3**	**4,2**	**48,3**	**56-00**
Всего		**1121,5**	**30,5**	**36,3**	**158,8**	**166-00**
Количество уч-ся						
Директор						
Повар-бригадир						

Дата 07.03.2025						
Обед						
Суп с клецками	250	328,0	5,5	5,7	25,8	16-64
Азу (курица)	40/210	470,0	17,3	19,6	56,7	80-95
Компот из сухофруктов	200	133,0	0,5	0,0	34,0	8-29
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничн	120	94,0	3,2	0,4	19,3	9-84
Итого		**1025,0**	**26,5**	**25,7**	**135,8**	**110-00**
Полдник						
Фруктовый нектар	200	116,0	0,3	0,0	19,2	21-77
Изделие кондитерское или кулинарное	50	171,0	4,0	4,2	29,1	34-23
Итого		**287,0**	**4,3**	**4,2**	**48,3**	**56-00**
Всего		**1312,0**	**30,8**	**29,9**	**174,7**	**166-00**
Количество уч-ся						
Директор						
Повар-бригадир						