

УТВЕРЖДАЮ

Исполнительный директор

СОГЛАСОВАНО

Руководитель образовательного учреждения

МБОУ СОШ №14

И.М. Г.К. Жукова

подпись

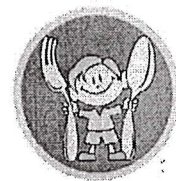
И.В. ГРИГОРЬЕВА

Дата:

Дата: 19.09.2025 г.

МЕНЮ

29 сентября 2025 г.



Возрастная категория : 12 лет и старше (5-11 кл.) Диетическое питание Фенилкетонурия

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций, г	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, Ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак						
Салат из свеклы отварной	100 гр	8,18	1,38	4,50	7,70	76
Каша вязкая гречневая фку	180 гр	81,62	0,63	5,40	32,85	183
Хлеб низкобелковый фку	30 гр	27,24	0,14	1,20	12,21	60,2
Чай с сахаром	180 гр	1,60	0,06	0,18	9,01	36
Яблоки свежие	100 гр	12,35	0,40	0,40	9,80	47
Итого :	590	130,99	2,61	11,68	71,57	402,2
Обед						
Салат из свежих помидоров и огурцов	100 гр	18,52	0,96	6,07	3,64	70
Суп-лапша с морковью фку	250 гр	13,16	0,39	5,19	17,70	114,4
Пюре картофельное без молока	100 гр	17,88	1,80	4,50	14,59	106,4
Хлеб низкобелковый фку	30 гр	27,24	0,14	1,20	12,21	60,2
Сок яблочный 0,2 в промышленной упаковке	200 гр	27,30	1,00		20,00	42
Груши свежие	100 гр	22,10	0,40	0,30	10,30	47
Итого :	780	126,20	4,69	17,26	78,44	440

Составил: _____
Технолог
должностьРасчитал: _____
Бух. калькулятор
должностьПринял: _____
Шеф-повар
должность

Согласовал родитель:

подпись

подпись

подпись

Шелест Е. Н.
расшифровка подписиИвонинская В. С.
расшифровка подписи

расшифровка подписи

Киселёва Н. В.
расшифровка подписи

УТВЕРЖДАЮ

Исполнительный директор

СОГЛАСОВАНО

Руководитель образовательного учреждения

подпись

Дата

расшифровка подписи

И.В. ГРИГОРЬЕВА

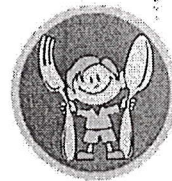
Нагучева Ш. С.

расшифровка подписи

Дата : 19.09.2025 г.

МЕНЮ

30 сентября 2025 г.



Возрастная категория : 12 лет и старше (5-11 кл.) Диетическое питание Фенилкетонурия

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций, г	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, Ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак						
Огурцы свежие	100 гр	17,36	0,70	0,10	1,90	12
Рис припущенный фку	180 гр	67,60	0,31	18,11	55,93	371,3
Хлеб низкобелковый фку	30 гр	27,24	0,14	1,20	12,21	60,2
Сок в ассортименте	180 гр	12,71	0,90		18,00	37,8
Яблоки свежие	100 гр	12,35	0,40	0,40	9,80	47
Итого :	590	137,26	2,45	19,81	97,84	528,3
Обед						
Салат из белокочанной капусты с морковью	100 гр	10,65	1,30	3,25	6,45	60,4
Суп картофельный с макаронными изделиями фку	250 гр	17,87	2,69	2,84	17,13	104,8
Картофель отварной	100 гр	15,88	1,91	2,87	15,33	94
Хлеб низкобелковый фку	30 гр	27,24	0,14	1,20	12,21	60,2
Компот из смеси сухофруктов	180 гр	5,32	0,59	0,09	28,80	118,8
Итого :	660	76,96	6,63	10,25	79,92	438,2

Составил: _____
Технолог
должностьРасчитал: _____
Бух. калькулятор
должностьПринял: _____
Шеф-повар
должность

Согласовал родитель: _____

подпись

подпись

подпись

подпись

Шелест Е. Н.

расшифровка подписи

Ивонинская В. С.

расшифровка подписи

Киселёва Н. В.

расшифровка подписи

УТВЕРЖДАЮ

Исполнительный директор

Нагучева Ш. С.

расшифровка подписи

Дата: 19.09.2025 г.

СОГЛАСОВАНО

Руководитель образовательного учреждения

ИМ. Г. К. ЖУКОВА

подпись КРИВЕНКОВСКОЕ расшифровка подписи

И. В. ГРИГОРЬЕВА

Дата

19.09.25

МЕНЮ

1 октября 2025 г.



Возрастная категория : 12 лет и старше (5-11 кл.) Диетическое питание Фенилкетонурия

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций, г	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, Ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак						
Рагу из овощей	150 гр	20,61	2,71	8,76	16,32	158,39
Хлеб низкобелковый фку	15 гр	13,62	0,07	0,60	6,11	30,1
Чай с лимоном	200 гр	4,06	0,13	0,02	15,20	62
Бутерброд с повидлом фку	50 гр	30,32	0,22	1,20	15,21	110,2
Яблоки свежие	110 гр	13,59	0,44	0,44	10,78	51,7
Итого :	525	82,20	3,57	11,02	63,62	412,39
Обед						
Помидоры свежие	100 гр	38,23	1,10	0,20	3,80	22
Борщ с капустой и картофелем	250 гр	13,75	1,80	4,92	10,93	102,5
Каша вязкая гречневая фку	180 гр	80,84	0,63	5,40	32,85	183
Хлеб низкобелковый фку	30 гр	27,24	0,14	1,20	12,21	60,2
Компот из абрикосов	200 гр	12,83	0,30	0,10	24,78	109,44
Печенье безбелковое ФКУ	30 гр	42,30	0,24	6,30	18,30	130,8
Итого :	790	215,19	4,21	18,12	102,87	607,94

Составил: _____

Технолог
должность

Расчитал: _____

Бух. калькулятор
должность

Принял: _____

Шеф-повар
должность

Согласовал родитель: _____

подпись

подпись

подпись

подпись

подпись

Шелест Е. Н.

расшифровка подписи

Ивонинская В. С.

расшифровка подписи

расшифровка подписи

Киселёва Н. В.

расшифровка подписи

УТВЕРЖДАЮ

Исполнительный директор

Нагучева Ш. С.

расшифровка подписи

Дата: 19.09.2025 г.

СОГЛАСОВАНО

Руководитель образовательного учреждения

подпись

ИМ. Г.К. ЖУКОВА

С. КРИВЕНКО

И.В. ГРИГОРЬЕВА

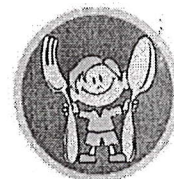
расшифровка подписи

Дата

19.09.25

МЕНЮ

2 октября 2025 г.



Возрастная категория : 12 лет и старше (5-11 кл.) Диетическое питание Фенилкетонурия

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций, г	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, Ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак						
Салат из сырых овощей(капуста,помидоры,огурцы)	100 гр	19,62	1,09	6,04	3,77	73
Макароны отварные с маслом фку	180 гр	45,42	0,32	2,40	53,50	239,7
Хлеб низкобелковый фку	30 гр	27,24	0,14	1,20	12,21	60,2
Чай с шиповником	200 гр	8,46	0,80	0,20	16,70	66,7
Бутерброд с маслом сливочным фку	40 гр	42,51	0,22	8,45	12,34	126,2
Итого :	550	143,25	2,57	18,29	98,52	565,8
Обед						
Огурцы свежие	100 гр	17,36	0,70	0,10	1,90	12
Суп-лапша с морковью фку	250 гр	13,26	0,39	5,19	17,70	114,4
Рис припущенный фку	180 гр	67,55	0,31	18,11	55,93	371,3
Хлеб низкобелковый фку	30 гр	27,24	0,14	1,20	12,21	60,2
Компот из ягод свежемороженных	200 гр	9,51	0,30	0,09	12,33	49,13
Яблоки свежие	100 гр	12,35	0,40	0,40	9,80	47
Итого :	860	147,27	2,24	25,09	109,87	654,03

Составил: _____

Технолог

должность

Расчитал: _____

Бух. калькулятор

должность

Принял: _____

Шеф-повар

должность

Согласовал родитель: _____

подпись

подпись

подпись

подпись

Шелест Е. Н.

расшифровка подписи

Ивонинская В. С.

расшифровка подписи

расшифровка подписи

Киселёва Н. В.

расшифровка подписи

УТВЕРЖДАЮ

Исполнительный директор

Нагучева Ш. С.

расшифровка подписи

Дата: 19.09.2025 г.

СОГЛАСОВАНО

Руководитель образовательного учреждения

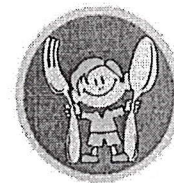
подпись

расшифровка подписи

Дата: 19.09.25

МЕНЮ

3 октября 2025 г.



Возрастная категория : 12 лет и старше (5-11 кл.) Диетическое питание Фенилкетонурия

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций, г	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, Ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак						
Помидоры свежие	100 гр	38,23	1,10	0,20	3,80	22
Каша вязкая гречневая фку	180 гр	80,84	0,63	5,40	32,85	183
Хлеб низкобелковый фку	30 гр	27,24	0,14	1,20	12,21	60,2
Чай с сахаром	180 гр	1,51	0,06	0,18	9,01	36
Яблоки свежие	100 гр	12,35	0,40	0,40	9,80	47
Итого :	590	160,17	2,33	7,38	67,67	348,2
Обед						
Рассольник ленинградский	250 гр	19,89	1,91	5,08	10,59	98,85
Рагу из овощей	150 гр	20,61	2,71	8,76	16,32	158,39
Хлеб низкобелковый фку	30 гр	27,24	0,14	1,20	12,21	60,2
Сок яблочный 0,2 в промышленной упаковке	200 гр	28,60	1,00		20,00	42
Апельсины свежие	100 гр	22,62	0,40	0,30	10,30	47
Печенье безбелковое ФКУ	30 гр	42,30	0,24	6,30	18,30	130,8
Итого :	760	161,26	6,40	21,64	87,72	537,24

Составил: Технолог
должностьРасчитал: Бух. калькулятор
должностьПринял: Шеф-повар
должность

Согласовал родитель:

подпись

подпись

подпись

Шелест Е. Н.
расшифровка подписиИвонинская В. С.
расшифровка подписиКиселёва Н. В.
расшифровка подписи

УТВЕРЖДАЮ



Исполнительный директор

Нагучева Ш. С.

расшифровка подписи

Дата: 19.09.2025 г.

СОГЛАСОВАНО

Руководитель образовательного учреждения

ДИРЕКТОР МБОУ СОШ №14

ИМ. Г. К. ЖУКОВА

подпись

С. КРИВЕНКО

И. В. ГРИГОРЬЕВА

Дата:

22.09.25



МЕНЮ

6 октября 2025 г.

Возрастная категория: 12 лет и старше (5-11 кл.) Диетическое питание Фенилкетонурия

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций, г	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, Ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак						
Салат из свеклы отварной	100 гр	7,81	1,38	4,50	7,70	76
Рис припущенный фку	180 гр	67,55	0,31	18,11	55,93	371,3
Хлеб низкобелковый фку	30 гр	27,24	0,14	1,20	12,21	60,2
Чай с лимоном	180 гр	3,66	0,12	0,01	13,68	55,8
Груши свежие	100 гр	28,96	0,40	0,30	10,30	47
Итого :	590	135,22	2,35	24,12	99,82	610,3
Обед						
Огурцы свежие	100 гр	17,36	0,70	0,10	1,90	12
Борщ с капустой и картофелем	250 гр	13,75	1,80	4,92	10,93	102,5
Пюре картофельное без молока	100 гр	17,65	1,80	4,50	14,59	106,4
Хлеб низкобелковый фку	30 гр	27,24	0,14	1,20	12,21	60,2
Компот из свежих плодов (яблоки)	200 гр	8,25	0,16	0,16	27,88	114
Печенье безбелковое ФКУ	50 гр	70,50	0,50	7,00	33,50	198,5
Итого :	730	154,75	5,10	17,88	101,01	593,6

Составил: _____ Технолог
должностьРасчитал: _____ Бух. калькулятор
должностьПринял: _____ Шеф-повар
должность

Согласовал родитель: _____

подпись

подпись

подпись

подпись

Шелест Е. Н.

расшифровка подписи

Ивонинская В. С.

расшифровка подписи

Расшифровка

расшифровка подписи

Киселёва Н. В.

расшифровка подписи



Исполнительный директор

Нагучева Ш. С.
расшифровка подписи

Дата: 19.09.2025 г.

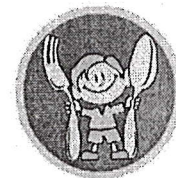
СОГЛАСОВАНО

Руководитель образовательного учреждения

Директор МБОУ СОШ №14
Г. К. Жукова
С. Кривенко
И. В. Григорьева

Дата:

22.09.25



М Е Н Ю

7 октября 2025 г.

Возрастная категория : 12 лет и старше (5-11 кл.) Диетическое питание Фенилкетонурия

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций, г	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, Ккал.
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак						
Помидоры свежие	100 гр	38,23	1,10	0,20	3,80	22
Каша вязкая гречневая фку	180 гр	80,84	0,63	5,40	32,85	183
Хлеб низкобелковый фку	30 гр	27,24	0,14	1,20	12,21	60,2
Чай с шиповником	180 гр	7,60	0,72	0,18	15,03	60,03
Яблоки свежие	100 гр	12,35	0,40	0,40	9,80	47
Итого :	590	166,26	2,99	7,38	73,69	372,23
Обед						
Салат из сырых овощей(капуста,помидоры,огурцы)	100 гр	19,62	1,09	6,04	3,77	73
Рассольник ленинградский	250 гр	19,89	1,91	5,08	10,59	98,85
Макароны отварные с маслом фку	180 гр	45,42	0,32	2,40	53,50	239,7
Хлеб низкобелковый фку	30 гр	27,24	0,14	1,20	12,21	60,2
Сок яблочный 0,2 в промышленной упаковке	200 гр	28,60	1,00		20,00	42
Бутерброд с повидлом фку	50 гр	30,32	0,22	1,20	15,21	110,2
Итого :	810	171,09	4,68	15,92	115,28	623,95

Составил: Технолог
должность

Расчитал: Бух. калькулятор
должность

Принял: Шеф-повар
должность

Согласовал родитель:

подпись

подпись

подпись

подпись

Шелест Е. Н.
расшифровка подписи

Ивонинская В. С.
расшифровка подписи

Киселёва Н. В.
расшифровка подписи

УТВЕРЖДАЮ

Исполнительный директор

Нагучева Ш. С.

расшифровка подписи

Дата 19.09.2025 г.

СОГЛАСОВАНО

Руководитель образовательного учреждения

Директор МБОУ СОШ №14

документов

подпись

Г. К. Жукова

расшифровка подписи

КРИВЕНКОВСКОЕ

И. В. ГРИГОРЬЕВА

Дата

22.09.25



МЕНЮ

8 октября 2025 г.

Возрастная категория : 12 лет и старше (5-11 кл.) Диетическое питание Фенилкетонурия

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций, г	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, Ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак						
Бутерброд с маслом сливочным фку	40 гр	42,51	0,22	8,45	12,34	126,2
Рагу из овощей	150 гр	20,61	2,71	8,76	16,32	158,39
Хлеб низкобелковый фку	30 гр	27,24	0,14	1,20	12,21	60,2
Чай с лимоном	180 гр	3,66	0,12	0,01	13,68	55,8
Яблоки свежие	100 гр	12,35	0,40	0,40	9,80	47
Итого :	500	106,37	3,59	18,82	64,35	447,59
Обед						
Салат из свежих помидоров и огурцов	100 гр	29,27	0,96	6,07	3,64	70
Суп-лапша с морковью фку	250 гр	13,26	0,39	5,19	17,70	114,4
Рис припущенный фку	180 гр	67,55	0,31	18,11	55,93	371,3
Хлеб низкобелковый фку	30 гр	27,24	0,14	1,20	12,21	60,2
Компот из смеси сухофруктов	200 гр	5,80	0,66	0,10	32,00	132
Печенье безбелковое ФКУ	50 гр	70,50	0,50	7,00	33,50	198,5
Итого :	810	213,62	2,96	37,67	154,98	946,4

Составил: _____

Технолог

должность

Расчитал: _____

Бух. калькулятор

должность

Принял: _____

Шеф-повар

должность

Согласовал родитель: _____

подпись

подпись

подпись

подпись

Шелест Е. Н.

расшифровка подписи

Ивонинская В. С.

расшифровка подписи

расшифровка подписи

Киселёва Н. В.

расшифровка подписи

УТВЕРЖДАЮ

Исполнительный директор

Нагучева Ш. С.

расшифровка подписи

Дата: 19.09.2025 г.

СОГЛАСОВАНО

Руководитель образовательного учреждения

Директор ШКОлы СОШ №14

К. Жукова

подпись

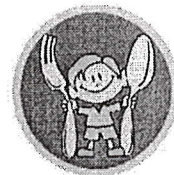
расшифровка подписи

В. Григорьева

Дата:

МЕНЮ

9 октября 2025 г.



Возрастная категория : 12 лет и старше (5-11 кл.) Диетическое питание Фенилкетонурия

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций, г	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, Ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак						
Огурцы свежие	100 гр	17,36	0,70	0,10	1,90	12
Пюре картофельное без молока	100 гр	17,65	1,80	4,50	14,59	106,4
Хлеб низкобелковый фку	30 гр	27,24	0,14	1,20	12,21	60,2
Чай с сахаром	200 гр	1,67	0,07	0,20	10,01	40
Бутерброд с повидлом фку	50 гр	30,32	0,22	1,20	15,21	110,2
Итого :	480	94,24	2,93	7,20	53,92	328,8
Обед						
Салат из свеклы отварной	100 гр	7,81	1,38	4,50	7,70	76
Щи из свежей капусты с картофелем	250 гр	14,07	1,78	4,95	7,90	87,5
Каша вязкая гречневая фку	180 гр	80,84	0,63	5,40	32,85	183
Хлеб низкобелковый фку	30 гр	27,24	0,14	1,20	12,21	60,2
Сок яблочный 0,2 в промышленной упаковке	200 гр	28,60	1,00		20,00	42
Груши свежие	100 гр	28,96	0,40	0,30	10,30	47
Итого :	860	187,52	5,33	16,35	90,96	495,7

Составил: _____

Технолог
должность

Расчитал: _____

Бух. калькулятор
должность

Принял: _____

Шеф-повар
должность

Согласовал родитель: _____

подпись

подпись

подпись

подпись

Шелест Е. Н.

расшифровка подписи

Ивонинская В. С.

расшифровка подписи

расшифровка подписи

Киселёва Н. В.

расшифровка подписи

УТВЕРЖДАЮ

Исполнительный директор

Нагучева Ш. С.

расшифровка подписи

Дата: 19.09.2025 г.

СОГЛАСОВАНО

Руководитель образовательного учреждения

Г.К. Жукова

подпись

расшифровка подписи

И.В. Григорьева

Дата: 19.09.25

МЕНЮ

10 октября 2025 г.



Возрастная категория : 12 лет и старше (5-11 кл.) Диетическое питание Фенилкетонурия

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций, г	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, Ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак						
Салат из белокочанной капусты с морковью	100 гр	9,72	1,30	3,25	6,45	60,4
Макароны отварные с маслом фку	180 гр	45,42	0,32	2,40	53,50	239,7
Хлеб низкобелковый фку	30 гр	27,24	0,14	1,20	12,21	60,2
Сок в ассортименте	200 гр	15,34	1,00		20,00	42
Бутерброд с маслом сливочным фку	40 гр	42,51	0,22	8,45	12,34	126,2
Итого :	550	140,23	2,98	15,30	104,50	528,5
Обед						
Помидоры свежие	100 гр	38,23	1,10	0,20	3,80	22
Борщ с капустой и картофелем	250 гр	13,75	1,80	4,92	10,93	102,5
Рис припущенный фку	180 гр	67,55	0,31	18,11	55,93	371,3
Хлеб низкобелковый фку	30 гр	27,24	0,14	1,20	12,21	60,2
Компот из абрикосов	200 гр	12,83	0,30	0,10	24,78	109,44
Яблоки свежие	140 гр	17,29	0,56	0,56	13,72	65,8
Итого :	900	176,89	4,21	25,09	121,37	731,24

Составил: _____

Технолог

должность

Расчитал: _____

Бух. калькулятор

должность

Принял: _____

Шеф-повар

должность

Согласовал родитель: _____

Шелест Е. Н.

расшифровка подписи

Ивонинская В. С.

расшифровка подписи

Киселёва Н. В.

расшифровка подписи