

Меню



Понед
20
марта

Старшие с 5 по 11 класс (платное питание)

	Выход	Ккал	Ст-сть
МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА			
Салат из квашеной капусты	100	88	
Бифштекс по-домашнему	90	195	
Грудка куриная в томатном соусе	50/50	150	
Плов с говядиной	40/160	357	
Макаронные изделия отварные (с маслом раст)	180	248	
Компот из свежих плодов (яблоки)	200	49	
Хлеб ржано-пшеничный, хлеб пшеничный 1с	15/15	68	
Итого:		2045	73,00
Комплекс № 1			
Макароны отварные (с маслом растительным)	150	212	
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5	35	
Хлеб ржано-пшеничный	15	33	
Итого:		280	8,80

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn



Меню

Вторник
21
марта

Старшие с 5 по 11 класс (платное питание)

	Выход	Ккал	Ст-сть
МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА			
Салат «Столичный» с соусом «Переменка»	80	159	
Ёжики мясные с рисом в соусе томатным	60/40	169	
Шашлычок из куриных грудок (на шампуре) с соусом «Переменка»	80/5	324	
Гуляш из говядины	50/50	231	
Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом «Переменка»	70/5/5	175	
Пюре картофельное	180	175	
Капуста тушёная	180	159	
Компот из замороженной компотной смеси	200	46	
Хлеб ржано-пшеничный, хлеб пшеничный 1с	20/20	91	
Итого:		1936	73,00
Комплекс № 1			
Каша пшённая вязкая	150	159	
Чай с сахаром	200/8	32	
Хлеб ржано-пшеничный	20	44	
Итого:		235	8,80

Директор
Калькулятор
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

📷 @depta.kzn



Меню

Среда
22
марта

Старшие с 5 по 11 класс (платное питание)

МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА

	Выход	Ккал	Ст-сть
Винегрет овощной	100	126	
Котлеты «Школьные»	90	172	
Медальоны из куриных грудок с сыром, томатом	70/5	260	
Нагетсы куриные	5шт/80	250	
Плов с говядиной	40/160	357	
Картофель запеченный (с паприкой)	180	242	
Рис отварной	180	269	
Напиток «Лимонный»	200	101	
Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный 1с	15/15	68	
Итого:		1936	73,00

Комплекс № 1

Каша полбяная вязкая	150	134	
Чай с сахаром	200/8	32	
Хлеб ржано-пшеничный	15	33	
Итого:		199	8,80

Директор
Калькулятор
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

📷 @depta.kzn



Меню

Чет-
верг
23
марта

Старшие с 5 по 11 класс (платное питание)

	Выход	Ккал	Ст-сть
МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА			
Салат картофельный с солёными огурцами	100	93	
Рыба запечённая с овощами	75/25	163	
Люля-Кебаб	80	195	
Гуляш из куриных грудок	50/50	209	
Голень куриная запечённая в сливочном маринаде	90	391	
Макаронные изделия отварные (с маслом раст)	180	248	
Картофель тушёный	180	249	
Напиток из шиповника	200	41	
Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный 1с	20/15	79	
Итого:		1936	73,00
Комплекс № 1			
Каша Геркулесовая вязкая	150	148	
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5	35	
Хлеб ржано-пшеничный	15	33	
Итого:		216	8,80

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn



Меню

Пят-
ница
24
марта

Старшие с 5 по 11 класс (платное питание)

	Выход	Ккал	Ст-сть
МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА			
Плоды свежие (яблоки)	120	56	
Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом «Переменка»	70/5/5	175	
Шашлычок из куриных грудок (на шампуре) с соусом «Переменка»	80/5	324	
Котлеты «Аппетитные» мясо - куриные	90	225	
Гуляш из говядины	50/50	231	
Рис отварной	180	269	
Пюре картофельное	150	146	
Компот из замороженной компотной смеси	200	46	
Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный 1с	15/15	68	
Итого:		2621	73,00
Комплекс № 1			
Спагетти отварные (с маслом растительным)	150	212	
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5	35	
Хлеб ржано-пшеничный	15	33	
Итого:		280	8,80

Директор
Калькулятор
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

📷 @depta.kzn



Меню

Пят-
ница
24
марта

Старшие с 5 по 11 класс (платное питание)

	Выход	Ккал	Ст-сть
МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА			
Плоды свежие (яблоки)	120	56	
Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом «Переменка»	70/5/5	175	
Шашлычок из куриных грудок (на шампуре) с соусом «Переменка»	80/5	324	
Котлеты «Аппетитные» мясо - куриные	90	225	
Гуляш из говядины	50/50	231	
Рис отварной	180	269	
Пюре картофельное	150	146	
Компот из замороженной компотной смеси	200	46	
Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный 1с	15/15	68	
Итого:		2621	73,00
Комплекс № 1			
Спагетти отварные (с маслом растительным)	150	212	
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5	35	
Хлеб ржано-пшеничный	15	33	
Итого:		280	8,80

Директор
Калькулятор
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

📷 @depta.kzn

МБОУ
Школа № 14

