



АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания Советского района

Меню комплексных завтраков и обедов 1-4 классов (с 1 классом)
 04 марта 2026 год
 Производство столовой школы № _____

2 недели 3 день							
Завтрак							
№ п/п	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.
				Белки	Жиры	Углево-ды	
709	Шкря морковная № 75-2011	60	9,86	0,85	4,04	5,21	58,90
1144	Котлеты рубл. из филе птицы со смет. соусом № 295-11. 60.30	90	44,29	9,76	6,71	5,39	125,11
608	Каша гречневая рассыпч. № 302-11	150	17,47	8,60	5,44	42,21	256,57
616	Хлеб подпорованный	30	3,06	2,31	0,24	15,33	72,00
682	Чай с сахаром № 376-2011	180	1,77	0,09	0,02	8,57	33,09
	Итого	510	76,45	21,61	16,45	76,71	545,67
Обед							
№ п/п	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.
				Белки	Жиры	Углево-ды	
701	Салат из квашенной капусты № 47-2011	60	12,54	0,96	3,00	4,61	50,03
764	Суп картофельный с макарон, изделиями № 103-11	200	13,59	2,11	2,22	16,37	95,66
878	Гуляши свиной лопатка № 260-15. 50/50	100	53,59	10,81	25,43	2,82	284,43
1081	Каша ячневая (рассыпчатая) № 302-15	160	9,97	5,10	2,93	33,62	184,86
616	Хлеб подпорованный	30	3,20	2,31	0,24	15,33	72,00
615	Хлеб бородинский	23	2,30	2,04	0,39	12,21	62,37
812	Компот из яблок № 342-11	230	11,84	0,18	0,18	15,99	64,29
	Итого	803	107,03	23,51	34,39	100,95	813,64

Дир. производством _____



АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания Сода

Меню комплексных завтраков и обедов 1-4 классов

03 марта 2026 год

Производство столовой школы № _____

2 недели 2 день							
Завтрак							
№ рецепта	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.
				Белки	Жиры	Углеводы	
1114	Запеканка из творог. с морк. с соусом молоч. № 224-2011, 110/40	150	50,70	12,37	15,25	25,44	295,68
616	Хлеб вобированный	39	4,08	3,00	0,31	19,93	91,69
682	Чай с сахаром № 376-2011	250	2,47	0,12	0,03	11,90	45,96
600	Яблоки (порциями)	100	19,20	0,40	0,40	9,80	45,00
	Итого	539	76,45	15,89	15,99	67,07	478,33
Обед							
№ рецепта	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.
				Белки	Жиры	Углеводы	
753	Винегрет овощной № 67-11	60	11,98	0,84	6,07	4,48	76,55
761	Суп крестьянский с крупой № 98-11	200	10,40	1,74	4,00	11,04	87,34
1015	Плов из птицы (бедро) № 291-15, 70/180	250	69,49	23,29	24,00	48,50	496,30
616	Хлеб вобированный	20	2,14	2,31	0,24	15,33	72,00
615	Хлеб бородинский	27	2,70	2,04	0,39	12,21	62,37
759	Напиток из плодов шиповника № 388-11	180	10,32	0,31	0,25	17,15	80,97
	Итого	737	107,03	30,52	34,95	108,71	875,52

Зав.
производством _____



АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания Советского района

Меню комплексных завтраков и обедов 1-4 классов (с 7 до 14 лет)

02 марта 2026 год

Производство столовой школы № _____

2 недели 1 день							
Завтрак							
№ рецеп.	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
1089	Каша вязкая молочная "Дружба" №175-2011	150	21,44	5,20	4,85	32,32	174,87
862	Яйца вареные № 209-15	40	21,60	5,08	4,60	0,28	62,80
782	Масло (порциями) № 14-11	5	8,64	0,05	3,63	0,07	33,10
737	Сыр (порциями) № 15-2011	10	15,13	2,68	2,52	0,00	33,40
616	Хлеб йодированный	51	5,39	2,61	0,24	23,24	120,00
684	Чай с лимоном № 377-2011	250	4,25	0,16	0,03	11,82	46,65
	Итого	506	76,45	15,78	15,87	67,73	470,82
Обед							
№ рецеп.	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
689	Салат из свеклы отварной № 52-2011	60	8,10	0,81	3,65	4,72	53,91
680	Борщ с капустой и картофелем № 82-2011	200	12,98	1,36	3,91	10,79	80,27
711	Фрикадельки из филе ЦБ со сметанным соусом № 297-2011, 60/30	90	39,99	9,40	6,14	6,47	91,12
801	Каша пшеница рассыпчатая № 302-11	150	13,14	6,60	6,69	37,99	244,24
616	Хлеб йодированный	22	2,29	2,31	1,24	15,33	75,00
615	Хлеб бородинский	20	2,06	2,04	1,39	12,21	65,37
812	Компот из яблок № 342-11	180	9,27	0,14	0,14	12,51	50,31
600	Яблоки (порциями)	100	19,20	0,40	0,40	9,80	45,00
	Итого	897	107,03	23,06	23,56	109,82	705,22

Зав. производством _____



АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания № 1, Ростовский район

Меню комплексных завтраков и обедов 1-4 классов (с 7 до 9 часов)

06 марта 2026 год

Производство столовой школы № _____

2 неделя 5 день							
Завтрак							
№ рецеп	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.
				Белки	Жиры	Углеводы	
708	Пюре свекольная № 75-2011	60	9,85	0,92	4,04	6,46	63,65
1129	Птица тушеная в соусе № 290-15 50/60	110	46,21	14,71	12,26	3,68	184,01
801	Каша пшеничная рассычатая № 302-11	150	13,14	6,61	3,46	36,04	205,06
616	Хлеб подпорованный	30	3,17	2,31	0,24	15,33	72,00
654	Чай с лимоном № 377-2011	240	4,08	0,16	0,03	11,82	46,65
	Итого	590	76,45	24,71	20,03	73,33	571,37
Обед							
№ рецеп	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.
				Белки	Жиры	Углеводы	
701	Салат из квашеной капусты № 47-2011	60	12,54	0,96	3,00	4,61	50,03
754	Суп картоф. с бобовыми № 102-11	200	11,64	4,06	5,33	15,56	118,26
234	Котлеты или биточки рыбные № 234-2011	90	33,47	9,67	11,08	11,65	173,37
1087	Пюре картофельное № 312-15	160	31,47	3,35	3,33	21,00	130,44
616	Хлеб подпорованный	28	2,98	3,08	0,32	20,44	96,00
615	Хлеб бородинский	20	2,06	2,72	0,52	16,28	82,80
812	Компот из яблок № 342-11	250	12,87	0,18	0,18	15,99	64,29
	Итого	808	107,03	24,02	23,75	105,53	715,19

Зав. _____
 производством _____



АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания Советского района

Меню комплексных завтраков и обедов 5-11 классов (обеды по 90,13)

02 марта 2026 год

Производство столовой школы № _____

2 неделя 1 день							
Завтрак							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
1089	Каша вязкая молочная "Дружба" №175-2011	250,00	35,73	6,99	7,75	48,79	291,44
862	Яйца вареные № 209-15	40,00	21,60	5,08	4,60	0,28	62,80
782	Масло (порциями) № 14-11	5,00	8,64	0,05	3,63	0,07	33,10
737	Сыр (порциями) № 15-2011	10,00	15,13	2,68	2,52	0,00	33,40
616	Хлеб йодированный	45,00	4,78	2,77	0,34	18,40	84,95
684	Чай с лимоном № 377-2011	250,00	4,25	0,16	0,03	11,82	46,65
	Итого	600,00	90,13	17,73	18,87	79,36	552,34
Обед							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
680	Борщ с капустой и картофелем № 82-2011	250	16,22	1,70	4,89	13,48	100,34
711	Фрикадельки из филе ЦБ со сметанным соусом № 297-2011, 70/30	100	50,84	12,12	12,09	15,85	208,12
801	Каша пшенная рассыпчатая № 302-11	180	15,76	7,92	6,17	45,59	273,93
616	Хлеб йодированный	30	3,06	2,77	0,34	18,40	85,95
684	Чай с лимоном № 377-2011	250	4,25	0,16	0,03	11,82	46,65
	Итого	810	90,13	24,67	23,52	105,14	714,99

Зав. производством _____



АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания Советского района

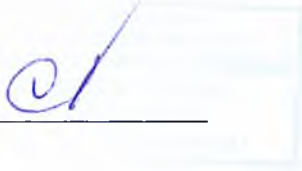
Меню комплексных завтраков и обедов 5-11 классов (обед) по 90 руб.

03 марта 2026 год

Производство столовой школы № _____

2 неделя 2 день							
Завтрак							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва. г			Энерг. ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углево ды	
1114	Запеканка из tvor, с морк, с соусом молоч, № 224-2011, 150/50	200	64,22	13,03	14,71	33,35	286,87
616	Хлеб йодированный	50	3,31	2,77	0,34	18,40	94,95
684	Чай с лимоном № 377-2011	200	3,40	0,13	0,03	9,46	43,32
600	Яблоки (порциями)	100	19,20	0,40	0,40	9,80	45,00
	Итого	550	90,13	16,33	15,48	71,01	470,14
Обед							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва. г			Энерг. ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углево ды	
753	Винегрет овощной № 67-11	100	19,96	1,39	10,12	7,47	127,59
761	Суп крестьянский с крупой № 98-11	250	13,00	2,17	5,00	14,80	109,17
1015	Плов из птицы (бедро) № 291-15, 50/150	200	51,58	17,12	17,58	49,75	380,06
616	Хлеб йодированный	31	3,22	2,77	0,34	17,40	84,95
682	Чай с сахаром № 376-2011	240	2,37	0,11	0,03	11,43	44,13
	Итого	821	90,13	23,57	33,07	100,85	745,90

Зав. производством _____





АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания Советского района

Меню комплексных завтраков и обедов 5-11 классов (обеда № 90,13)
04 марта 2026 год

Производство столовой школы № _____

2 неделя 3 день							
Завтрак							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углево-ды	
709	Икра морковная № 75-2011	100	16,44	1,41	6,74	8,69	98,16
1144	Котлеты рубл. из филе птицы со смет, соусом № 295-11, 60/40	100	45,90	9,89	6,96	5,97	130,25
608	Каша гречневая рассыпч. № 302-11	180	20,96	10,32	6,52	50,65	307,88
616	Хлеб йодированный	31	3,26	2,77	0,34	20,40	84,95
684	Чай с лимоном № 377-2011	210	3,57	0,13	0,03	9,93	39,18
	Итого	621	90,13	24,52	20,59	95,64	660,42
Обед							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углево-ды	
764	Суп картофельный с макарон. изделиями № 103-11	250	16,99	2,64	2,77	20,46	119,58
878	Гуляш свиной лопатка № 260-15. 50/50	100	53,59	10,81	25,43	2,82	284,43
1081	Каша ячневая (рассыпчатая) № 302-15	180	11,22	5,73	3,30	38,83	207,97
616	Хлеб йодированный	39	4,08	3,77	0,34	26,40	84,95
684	Чай с лимоном № 377-2011	250	4,25	0,16	0,03	11,83	46,65
	Итого	819	90,13	23,11	31,87	100,34	743,58

Зав. производством _____



АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания Советского района

Меню комплексных завтраков и обедов 5-11 классов (обеда по 90,13)

05 марта 2026 год

Производство столовой школы № _____

2 неделя 4 день							
Завтрак							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углево-ды	
689	Салат из свеклы отварной № 52-2011	100	13,50	1,35	6,08	7,87	89,85
1142	Тефтели гов, со сметанным соусом №279-15, 50/50	100	50,09	6,82	12,49	10,30	178,48
715	Макаронные изделия отварные № 309-2011	180	18,64	6,27	3,86	37,20	209,80
616	Хлеб йодированный	35	3,65	2,77	0,34	20,40	84,95
684	Чай с лимоном № 377-2011	250	4,25	0,16	0,03	11,83	46,65
	Итого	665	90,13	17,37	22,80	87,60	609,73
Обед							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углево-ды	
1113	Суп картофельный с рисом № 101-15	250	16,27	3,99	2,71	17,16	102,89
1031	Жаркое по-домашнему (св. лопатка) № 259-15, 50/150	200	71,16	16,91	21,12	54,64	507,06
616	Хлеб йодированный	20	0,93	2,77	0,34	20,40	84,95
682	Чай с сахаром № 376-2011	180	1,77	0,09	0,02	8,57	33,09
	Итого	650	90,13	23,76	24,19	100,77	727,99

Зав. производством _____



АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания Советского района

Меню комплексных завтраков и обедов 5-11 классов (обеды по 90,13)

06 марта 2026 год

Производство столовой школы № _____

2 неделя 5 день							
Завтрак							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
708	Икра свекольная № 75-2011	100	16,41	1,54	6,74	10,76	106,08
1129	Птица, тушеная в соусе № 290-15 50/50	100	45,74	15,16	11,70	3,01	178,24
801	Каша пшенная рассыпчатая № 302-11	180	13,19	7,92	6,17	45,59	273,93
616	Хлеб йодированный	31	3,31	2,77	0,34	20,40	84,95
759	Напиток из плодов шиповника № 388-11	200	11,47	0,34	0,28	19,05	86,96
	Итого	611	90,13	27,73	25,23	98,81	730,16
Обед							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
754	Суп картоф. с бобовыми № 102-11	250	14,56	5,08	5,33	19,45	147,83
234	Котлеты или биточки рыбные № 234-2011	100	37,11	10,22	5,72	9,20	121,51
1087	Пюре картофельное № 312-15	180	35,40	5,78	12,37	43,65	322,17
616	Хлеб йодированный	20	1,29	2,77	0,34	20,40	84,95
682	Чай с сахаром № 376-2011	180	1,77	0,09	0,03	8,57	33,09
	Итого	810	90,13	23,94	23,79	101,27	709,55

Зав. производством _____



АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания Советского района

Меню комплексных завтраков и обедов 5-11 классов (обеды по 126,18)

03 марта 2026 год

Производство столовой школы № _____ *88*

2 неделя 2 день							
Завтрак							
№ рецеп	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
1114	Запеканка из твор. с морк. с соусом молоч. № 224-2011, 150/50	200	64,22	13,03	14,71	33,35	286,87
616	Хлеб поджаренный	23	2,46	2,77	0,34	18,40	94,95
684	Чай с лимоном № 377-2011	250	4,25	0,16	0,03	11,82	46,65
600	Яблоки (порциями)	100	19,20	0,40	0,40	9,80	45,00
	Итого	573	90,13	16,36	15,48	73,37	473,47
Обед							
№ рецеп	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
753	Винегрет овощной № 67-11	150	29,94	2,09	15,18	11,21	191,38
761	Суп крестьянский с крупой № 98-11	300	15,60	2,60	6,00	16,55	131,00
1015	Плов из птицы (бедро) № 291-15, 50/150	220	56,74	18,83	19,34	47,73	418,07
616	Хлеб поджаренный	46	4,91	3,08	0,32	20,44	96,00
615	Хлеб бородинский	45	4,65	2,72	0,52	16,28	82,80
759	Напиток из плодов шиповника № 388-11	250	14,34	0,43	0,35	23,81	112,46
	Итого	861	126,18	29,75	41,71	136,02	1031,71

Зав. производством _____ *С*



АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания Советского района

Меню комплексных завтраков и обедов 5-11 классов (обед) № 126.88

04 марта 2026 год

Производство столовой школы № _____

2 неделя 3 день							
Завтрак							
№ рецеп	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал
				Белки	Жиры	Углеводы	
709	Пирог морковная № 75-2011	100	16,44	1,41	6,74	8,69	98,16
1144	Котлеты рубл. из филе птицы со смет. соусом № 295-11, 60/40	100	45,90	9,89	6,96	5,97	130,25
608	Каша гречневая рассыпч. № 302-11	180	20,96	10,32	6,52	50,65	307,88
616	Хлеб подпорованный	31	3,26	2,77	0,34	20,40	84,95
684	Чай с лимоном № 377-2011	210	3,57	0,13	0,03	9,93	39,18
	Итого	621	90,13	24,52	20,59	95,64	660,42
Обед							
№ рецеп	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал
				Белки	Жиры	Углеводы	
701	Салат из квашенной капусты № 47-2011	100	20,90	1,60	4,99	7,68	83,39
764	Суп картофельный с макарон. изделиями № 103-11	250	16,99	2,64	2,77	20,46	119,58
878	Гуляш свиной лопатка № 260-15, 50/50	100	53,59	10,81	25,43	2,82	284,43
1081	Каша ячневая (рассыпчатая) № 302-15	190	11,84	5,75	3,30	38,83	207,97
616	Хлеб подпорованный	50	3,34	3,08	0,32	20,44	96,00
615	Хлеб бородинский	45	4,65	2,72	0,52	16,28	82,80
812	Компот из яблок № 342-11	250	12,87	0,20	0,20	17,38	69,88
	Итого	985	126,18	26,78	37,53	123,88	944,05

Зав. производством _____



АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания Советского района

Меню комплексных завтраков и обедов 5-11 классов (обеды по 126,18)

05 марта 2026 год

Производство столовой школы № _____

2 неделя 4 день							
Завтрак							
№ рецеп	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал
				Белки	Жиры	Углеводы	
689	Салат из свеклы отварной № 52-2011	100	13,50	1,35	6,08	7,87	89,85
1142	Тефтели гов, со сметанным соусом №279-15, 50,50	100	50,09	6,82	12,49	10,30	178,48
715	Макаронные изделия отварные № 309-2011	180	18,64	6,27	3,86	37,20	209,80
616	Хлеб подпорованный	35	3,65	2,77	0,34	20,40	84,95
684	Чай с лимоном № 377-2011	250	4,25	0,16	0,03	11,83	46,65
	Итого	665	90,15	17,37	22,80	87,60	609,73
Обед							
№ рецеп	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал
				Белки	Жиры	Углеводы	
709	Икра морковная № 75-2011	100	16,43	1,42	6,73	8,68	98,17
1113	Суп картофельный с рисом № 101-15	250	16,27	3,99	2,71	17,16	102,89
1031	Жаркое по-домашнему (св. лопатка) № 259-15, 50/150	210	74,72	16,91	22,18	54,64	507,06
616	Хлеб подпорованный	50	5,28	3,08	0,32	20,44	96,00
615	Хлеб бородинский	45	4,64	2,72	0,52	16,28	82,80
769	Компот из сухофруктов № 495-2021	250	8,84	0,57	0,00	24,72	97,63
	Итого	805	126,18	28,69	32,46	141,92	984,54

Зав. производством _____



АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания Советского района

Меню комплексных завтраков и обедов 5-11 классов (обеды по 126,18)

06 марта 2026 года

Производство столовой школы № _____

2 недели 5 день							
Завтрак							
№ рецеп.	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
708	Икра свекольная № 75-2011	100	16,42	1,55	6,73	10,77	106,08
1129	Птица, тушеная в соусе № 290-15 55/55	110	50,34	16,67	12,87	3,31	196,06
801	Каша пшеничная расеевичатая № 302-11 (изм. масло)	200	14,66	8,91	6,86	50,66	304,37
616	Хлеб подпорованный	42	4,49	2,77	0,34	20,10	84,95
684	Чай с лимоном № 377-2011	250	4,25	0,16	0,03	11,82	46,65
	Итого	702	90,13	29,95	26,83	96,96	738,12
Обед							
№ рецеп.	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
701	Салат из квашеной капусты № 47-2011	100	20,90	1,60	4,99	7,68	83,39
754	Суп картоф. с бобовыми № 102-11	250	14,56	5,08	5,33	19,45	147,83
234	Котлеты или биточки рыбные № 234-2011	100	37,11	10,22	5,72	9,20	121,51
1087	Пюре картофельное № 312-15	180	35,40	3,77	9,07	27,56	206,75
616	Хлеб подпорованный	31	3,31	3,08	0,32	20,44	96,00
615	Хлеб бородинский	20	2,03	2,72	0,52	16,28	82,80
812	Компот из яблок № 342-11	250	12,87	0,20	0,20	17,38	69,88
	Итого	931	126,18	26,67	26,14	117,98	808,16

Зав. производством _____