



АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания Советского района

Меню ~~копированных~~ ежедневных завтраков и обедов 1-4 классов (с 7 до 11 лет)  
09 февраля 2026 год  
Производство столовой школы № \_\_\_\_\_

I неделя I день							
Завтрак							
№ рецеп	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.
				Белки	Жиры	Углевод	
729	Суп молочный с макаронами № 120-2011	160	14,50	5,29	9,36	12,79	145,04
737	Сыр (порциями) № 15-2011	10	15,13	2,68	2,52	0,00	33,4
616	Хлеб йодированный	38	4,06	2,93	0,30	19,42	102,51
1090	Какао с молоком №382-2011	200	23,57	3,97	3,20	25,78	144
600	Яблоки (порциями)	100	19,20	0,40	0,40	9,80	45
	Итого	508	76,45	15,27	15,78	67,79	469,95
Обед							
№ рецеп	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.
				Белки	Жиры	Углевод	
973	Салат из белокачанной капусты № 45-15	60	8,81	0,93	0,18	5,59	52,92
680	Борщ с капустой и картофелем № 82-2011	250	15,98	1,67	4,89	13,30	99,61
1105	Биточки мясные со смет. соусом № 268-2011 60/30	90	48,93	8,56	13,33	13,61	205,01
608	Канна гречневая рассыпч. № 302-11	150	17,47	8,60	5,44	42,21	256,57
616	Хлеб йодированный	40	4,27	3,08	0,32	20,44	96,00
615	Хлеб бородинский	38	3,79	2,58	0,49	15,47	78,66
769	Компот из сухофруктов № 495-2021	220	7,78	0,50	0,00	21,76	85,91
	Итого	848	107,03	25,92	24,65	132,37	874,68

Зав. производством \_\_\_\_\_



АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания Советского района

Меню комплексных завтраков и обедов 1-4 классов (с 7 до 11 лет)

10 февраля 2026 год

Производство столовой школы № \_\_\_\_\_

I неделя 2 день								
Завтрак								
№ рецеп	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	
				Белки	Жиры	Углевод		
708	Пшера свекольная № 75-2011	60	9,85	0,92	4,04	6,46	63,65	
1098	Плов из тигицы (филе) № 291-15	180	60,50	14,45	11,75	35,78	302,36	
616	Хлеб йодированный	35	3,64	2,69	0,28	17,89	84,00	
682	Чай с сахаром № 376-2011	250	2,46	0,12	0,03	11,90	46,96	
	Итого	525	76,45	18,18	16,10	72,03	496,97	
Обед								
№ рецеп	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	
				Белки	Жиры	Углевод		
709	Пшера морковная № 75-2011	60	9,86	0,85	4,04	5,21	58,90	
764	Суп картофельный с макарон. изделиями № 103-11	200	12,86	2,11	2,22	16,37	95,66	
234	Котлеты или биточки рыбные № 234-2011	90	34,53	13,31	11,08	14,47	193,14	
1087	Пюре картофельное № 312-15	160	33,93	3,37	5,00	21,02	144,90	
616	Хлеб йодированный	40	4,27	3,08	0,32	20,44	96,00	
615	Хлеб бородинский	40	4,15	2,72	0,52	16,28	82,80	
769	Компот из сухофруктов № 495-2021	210	7,42	0,48	0,00	20,77	82,01	
	Итого	800	107,03	25,92	23,18	114,55	753,41	

Зав. производством \_\_\_\_\_

СОГЛАСОВАНО

АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания Советского района

Меню комплексных завтраков и обедов 1-4 классов (с 7 до 11 лет)

11 февраля 2026 год

Производство столовой школы № \_\_\_\_\_

1 неделя 3 день							
Завтрак							
№ реп	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.
				Белки	Жиры	Углевод ы	
776	Салат из белокач.капусты с зел.горошком № 45-11	60	10,93	1,01	3,06	5,70	53,70
1107	Котлеты мясные (особые) № 269-2011 60/30	90	42,23	8,24	10,60	11,84	171,75
801	Канна пшеничная рассыпчатая № 302-11	150	14,43	6,61	5,69	38,00	233,24
616	Хлеб йодированный	43	4,61	3,32	0,35	21,97	103,20
684	Чай с лимоном № 377-2011	250	4,25	0,16	0,03	11,82	46,65
	Итого	593	76,45	19,34	19,73	89,33	608,54
Обед							
№ реп	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.
				Белки	Жиры	Углевод ы	
689	Салат из свеклы отварной № 52-2011	60	8,10	0,81	3,65	14,72	54,91
754	Суп картоф. с бобовыми № 102-11	200	11,15	4,04	4,26	15,41	119,68
289	Рагу из птицы (бедро ЦБ) № 289-15 80/160	240	77,06	23,89	19,69	20,67	364,46
616	Хлеб йодированный	22	2,29	1,69	0,18	11,24	52,80
615	Хлеб бородинский	20	2,06	1,36	0,26	8,14	41,40
769	Компот из сухофруктов № 495-2021	180	6,36	0,41	0,00	17,80	71,29
	Итого	722	107,03	32,20	28,04	87,98	704,54

Зав. производством \_\_\_\_\_

СОГЛАСОВАНО

АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания Советского района

Меню комплексных завтраков и обедов 1-4 классов (с 7 до 11 лет)

12 февраля 2026 год

Производство столовой школы № \_\_\_\_\_

1 неделя 4 день							
Завтрак							
№ рецеп	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.
				Белки	Жиры	Углевод-ы	
1114	Запеканка из tvor. с морк. с соусом молоч. № 224-2011 110/40	150	50.70	12.83	15.21	30.21	308.45
616	Хлеб йодированный	39	4.09	3.00	0.31	19.93	93.60
682	Чай с сахаром № 376-2011	250	2.46	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	16.35	15.95	71.84	493.01
Обед							
№ рецеп	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.
				Белки	Жиры	Углевод-ы	
709	Икра морковная № 75-2011	60	9.86	0.85	4.04	5.21	58.90
737	Щи из свежей капусты и картофеля №88-2011	250	16.02	1.69	6.10	9.24	98.56
1143	Тефтели из филе птицы с овощами 50/40	90	50.57	11.09	9.15	9.08	160.99
1081	Каша ячневая (рассыпчатая) № 302-15	160	14.12	5.12	4.64	33.66	200.43
616	Хлеб йодированный	30	3.07	2.31	0.24	15.33	72.00
615	Хлеб бородинский	30	3.10	2.04	0.39	12.21	62.10
812	Компот из яблок № 342-11	200	10.30	0.16	0.16	13.90	55.90
	Итого	820	107.03	23.26	24.72	98.63	708.88

Зав. производством \_\_\_\_\_

СОГЛАСОВАНО

АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания Советского района

Меню комплексных завтраков и обедов 1-4 классов (с 7 до 11 лет)

13 февраля 2026 год

Производство столовой школы № \_\_\_\_\_

I неделя 5 день							
Завтрак							
№ реп	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.
				Белки	Жиры	Углевод-ы	
689	Салат из свеклы отварной № 52-2011	90	12,15	1,22	5,48	22,07	80,87
878	Гуляш свиной допатка № 260-15 40/50	90	45,74	9,23	11,76	2,54	244,87
731	Каша пшеничная с маслом № 302-2011	150	12,31	6,61	4,55	36,06	214,99
616	Хлеб йодированный	42	4,49	3,23	0,34	21,46	100,80
682	Чай с сахаром № 376-2011	180	1,77	0,09	0,02	8,57	33,09
	Итого	552	76,45	20,37	22,14	90,71	674,61
Обед							
№ реп	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.
				Белки	Жиры	Углевод-ы	
973	Салат из белокачанной капусты № 45-15	60	8,81	0,93	3,05	5,59	52,92
779	Рассольник ленинградский № 96-11	200	16,22	1,68	4,09	13,38	99,29
643	Птица, тушеная в соусе № 290-15 50/50	100	45,74	14,20	16,88	13,76	262,74
608	Каша гречневая рассыпч. № 302-11	160	18,64	9,17	5,80	45,02	273,67
616	Хлеб йодированный	43	4,59	3,31	0,34	21,97	103,20
615	Хлеб бородинский	40	4,19	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	853	107,03	32,58	30,68	140,72	972,25

Зав. производством \_\_\_\_\_

СОГЛАСОВАНО

АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания Советского района

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

09 февраля 2026 год

Производство столовой школы № \_\_\_\_\_

I неделя I день							
Завтрак							
№ рецеп	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал
				Белки	Жиры	Углевод	
729	Суп молочный с макаронами № 120-2011	230,00	20,84	7,60	13,45	21,38	209,50
737	Сыр (порциями) № 15-2011	15,00	22,70	4,02	3,78	0,00	50,10
616	Хлеб подпирванный	36,00	3,83	2,77	0,29	18,40	86,40
1090	Какао с молоком № 382-2011	200,00	23,57	3,97	3,20	25,78	144,00
600	Яблоки (порциями)	100,00	19,20	0,40	0,40	9,80	45,00
	Итого	581,00	90,13	18,76	21,12	75,36	535,00
Обед							
№ рецеп	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал
				Белки	Жиры	Углевод	
680	Борщ с капустой и картофелем № 82-2011	250,00	15,98	1,67	4,89	13,30	99,61
1105	Биточки мясные со смет. соусом № 268-2011 50/50	100,00	45,06	9,51	14,81	15,12	227,79
608	Каша гречневая рассыч. № 302-11	180,00	20,96	10,32	6,53	50,65	307,88
616	Хлеб подпирванный	44,00	4,73	3,38	0,35	22,48	105,60
684	Чай с лимоном № 377-2011	200,00	3,40	0,13	0,02	9,46	37,32
	Итого	774,00	90,13	25,01	26,61	111,01	778,20

Зав. производством \_\_\_\_\_

СОГЛАСОВАНО

АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания Советского района

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

10 февраля 2026 год

Производство столовой № \_\_\_\_\_

1 неделя 2 день							
Завтрак							
№ рен	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.
				Белки	Жиры	Углевод ы	
708	Пшеница свекольная № 75-2011	100,00	16,41	1,54	6,74	10,76	106,08
1098	Плов из птицы (филе) № 291-15 50/150	200,00	67,22	16,05	13,06	39,75	335,96
616	Хлеб йодированный	50,00	4,52	3,85	0,40	25,56	120,00
682	Чай с сахаром № 376-2011	200,00	1,97	0,10	0,02	9,52	36,77
	Итого	550,00	90,13	21,54	20,23	85,59	598,81
Обед							
№ рен	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.
				Белки	Жиры	Углевод ы	
764	Суп картофельный с макарон, изделиями № 103-11	250	11,42	2,64	2,78	20,46	119,58
234	Котлеты или биточки рыбные № 234-2011	100	37,11	14,79	12,31	16,08	214,60
1087	Пюре картофельное № 312-15	180	35,06	3,79	5,62	23,66	163,02
616	Хлеб йодированный	40	4,27	3,08	0,32	20,44	96,00
682	Чай с сахаром № 376-2011	230	2,27	0,12	0,03	10,95	42,28
	Итого	800	90,13	24,41	21,05	91,59	635,47

Зав. производством \_\_\_\_\_

СОГЛАСОВАНО

АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания Советского района

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

11 февраля 2026 год

Производство столовой школы № \_\_\_\_\_

1 неделя 3 день							
Завтрак							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.
				Белки	Жиры	Углевод ы	
973	Салат из белокачанной капусты № 45-15	100,00	14,69	1,55	5,09	15,56	88,20
1107	Котлеты мясные (особые) № 269-2011 60/30	100,00	54,37	9,15	11,18	13,15	190,83
801	Каша пшеничная рассыпчатая № 302-11	180,00	15,76	7,93	6,83	45,60	279,89
616	Хлеб йодированный	40,00	3,54	3,08	0,33	20,44	96,00
682	Чай с сахаром № 376-2011	180,00	1,77	0,09	0,02	8,57	33,09
	Итого	600,00	90,13	21,80	23,44	103,32	688,01
Обед							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.
				Белки	Жиры	Углевод ы	
754	Суп картоф. с бобовыми № 102-11	250	13,94	5,05	5,32	19,27	147,10
643	Пшениц. тушеная в соусе № 290-15 50/50	100	44,29	15,78	18,76	15,29	291,93
715	Макаронные изделия отварные № 309-2011	190	22,96	6,64	5,42	39,29	232,66
616	Хлеб йодированный	44	4,68	3,38	0,35	22,49	105,60
684	Чай с лимоном № 377-2011	250	4,25	0,16	0,03	11,82	46,65
	Итого	834	90,13	31,01	29,87	108,15	823,94

Зав. производством \_\_\_\_\_



АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания Советского района

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

12 февраля 2026 год

Производство столовой школы № \_\_\_\_\_

1 неделя 4 день							
Завтрак							
№ рецеп	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.
				Белки	Жиры	Углевод ы	
114	Запеканка из tvor. с морк. с соусом молоч. № 224-2011	200,00	64,22	17,11	20,28	41,33	411,26
616	Хлеб подпорованный	50,00	4,74	3,85	0,40	25,55	120,00
682	Чай с сахаром № 376-2011	200,00	1,97	0,10	0,02	9,52	36,77
600	Яблоки (порциями)	100,00	19,20	0,40	0,40	9,80	45,00
	Итого	550,00	90,13	21,46	21,11	86,20	613,03
Обед							
№ рецеп	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.
				Белки	Жиры	Углевод ы	
737	Щи из свежей капусты и картофеля №88-2011	250	16,02	1,69	6,10	9,24	98,56
1143	Гедфедл из филе птицы с овощами 50/50	100	56,19	12,32	10,17	10,09	178,88
1081	Каша ячневая (рассыпчатая) № 302-15	180	11,22	5,76	5,22	37,87	225,48
616	Хлеб подпорованный	40	4,25	3,08	0,32	20,44	96,00
682	Чай с сахаром № 376-2011	250	2,46	0,12	0,03	11,90	45,96
	Итого	820	90,13	22,97	21,84	89,53	644,88

Зав. производством \_\_\_\_\_



АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания Советского района

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

13 февраля 2026 год

Производство столовой школы № \_\_\_\_\_

I неделя 5 день							
Завтрак							
№ рецеп	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал
				Белки	Жиры	Углевод	
689	Салат из свеклы отварной № 52-2011	100	13,50	1,35	6,09	24,53	89,85
878	Гуляш свиной лопатка № 260-15 50/50	100	53,59	11,25	13,06	2,82	272,08
731	Каша пшеничная с маслом № 302-2011	180	14,77	7,93	5,46	43,28	257,99
616	Хлеб пшеничный	44	4,70	3,03	0,36	22,49	105,60
684	Чай с лимоном № 377-2011	210	3,57	0,13	0,03	9,93	39,19
	Итого	634	90,13	23,70	24,99	103,04	764,71
Обед							
№ рецеп	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал
				Белки	Жиры	Углевод	
779	Рассольник ленинградский № 96-11	250	20,27	2,10	5,11	16,72	124,11
643	Птица, тушеная в соусе № 290-15 50/50	100	44,29	14,20	16,88	13,76	262,74
608	Каша гречневая рассыпч. № 302-11	180	20,96	10,32	6,53	50,65	307,88
616	Хлеб пшеничный	30	2,24	2,31	0,24	15,33	72,00
682	Чай с сахаром № 376-2011	240	2,37	0,12	0,03	11,42	44,12
	Итого	800	90,13	29,04	28,78	107,88	810,86

Зав. производством \_\_\_\_\_

СОГЛАСОВАНО

АО "Рытовское школьное питание" Комбинат питания Советского района

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

09 февраля 2026 год

Производство столовой школы № \_\_\_\_\_

I неделя I день							
Завтрак							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.
				Белки	Жиры	Углевод	
729	Суп молочный с макаронами № 120-2011	230	20,84	7,60	13,45	21,38	209,50
737	Сыр (порциями) № 15-2011	15	22,70	4,02	3,78	0,00	50,10
616	Хлеб йодированный	36	3,83	2,77	0,29	18,40	86,40
1090	Какао с молоком № 382-2011	200	23,57	3,97	3,20	25,78	144,00
600	Яблоки (порциями)	100	19,20	0,40	0,40	9,80	45,00
	Итого	581	90,13	18,76	21,12	75,36	535,00
Обед							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.
				Белки	Жиры	Углевод	
760	Салат из соленых огурцов с луком № 21-11	100	32,05	0,99	5,05	9,40	68,08
680	Борщ с капустой и картофелем № 82-2011	250	15,98	1,67	4,89	13,30	99,61
1105	Биточки мясные со смет. соусом № 268-2011 50/50	100	45,06	8,56	13,33	13,61	205,01
608	Каша гречневая рассыч. № 302-11	180	20,96	10,32	6,52	50,65	307,88
616	Хлеб йодированный	40	4,27	3,08	0,32	20,44	96,00
615	Хлеб бородинский	35	3,60	2,38	0,46	14,25	72,45
684	Чай с лимоном № 377-2011	250	4,25	0,16	0,03	11,82	46,65
	Итого	955	126,18	27,16	30,60	133,47	895,68

Зав. производством \_\_\_\_\_

СОГЛАСОВАНО

АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания Советского района

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

10 февраля 2026 год

Производство столовой школы № \_\_\_\_\_

I неделя 2 день							
Завтрак							
№ рен	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.
				Белки	Жиры	Углевод	
708	Пюре свекольная № 75-2011	100	16,41	1,54	6,74	10,76	106,08
1098	Плов из птицы (филе) № 291-15 50/150	200	67,22	16,05	13,06	39,75	335,96
616	Хлеб йодированный	50	4,52	3,85	0,40	25,56	120,00
682	Чай с сахаром № 376-2011	200	1,97	0,10	0,02	9,52	36,77
	Итого	550	90,13	21,54	20,23	85,59	598,81
Обед							
№ рен	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.
				Белки	Жиры	Углевод	
753	Винегрет овощной № 67-11	100	19,70	1,39	10,12	27,47	127,59
764	Суп картофельный с макарон. изделиями № 103-11	250	16,07	2,64	2,77	23,46	119,58
234	Котлеты или биточки рыбные № 234-2011	100	34,53	13,31	11,08	14,47	193,14
1087	Пюре картофельное № 312-15	180	38,17	3,79	5,62	23,65	163,01
616	Хлеб йодированный	44	4,70	3,39	0,36	22,49	105,60
615	Хлеб бородинский	40	4,17	2,72	0,52	16,28	82,80
769	Компот из сухофруктов № 495-2021	250	8,84	0,58	0,00	24,73	97,63
	Итого	954	126,18	27,81	30,47	152,54	889,35

Зав. производством \_\_\_\_\_

СОГЛАСОВАНО

АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания Советского района

Меню комплексных завтраков и обедов 5-11 классов (обеды № 126,18)

11 февраля 2026 год

Производство столовой школы № \_\_\_\_\_

1 неделя 3 день							
Завтрак							
№ рецеп	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.
				Белки	Жиры	Углевод ы	
973	Салат из белокачанной капусты № 45-15	100	14,69	1,55	5,09	15,56	88,20
1107	Котлеты мясные (особые) № 269-2011 60/30	100	54,37	9,15	11,18	13,15	190,83
801	Каша пшеничная рассыпчатая № 302-11	180	15,76	7,93	6,83	45,60	279,89
616	Хлеб йодированный	40	3,54	3,08	0,33	20,44	96,00
682	Чай с сахаром № 376-2011	180	1,77	0,09	0,02	8,57	33,09
	Итого	600	90,13	21,80	23,44	103,32	688,01
Обед							
№ рецеп	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.
				Белки	Жиры	Углевод ы	
689	Салат из свеклы отварной № 52-2011	100	12,77	1,35	6,08	24,53	89,85
754	Суп картоф. с бобовыми № 102-11	250	13,94	5,05	5,32	19,27	147,10
643	Птица, тушеная в соусе № 290-15 50/40	100	44,29	15,78	18,76	15,29	291,93
715	Макаронные изделия отварные № 309-2011	200	24,17	6,99	5,70	41,36	244,90
616	Хлеб йодированный	57	6,09	4,39	0,46	29,13	136,80
615	Хлеб бородинский	56	5,82	3,81	0,73	22,79	115,92
620	Компот из компотной смеси с/м ТТК от 03.07.20	250	19,10	0,43	0,35	23,82	112,46
	Итого	1013	126,18	37,80	37,39	176,19	1138,96

Зав. производством \_\_\_\_\_

СОГЛАСОВАНО

АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания Советского района

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

12 февраля 2026 год

Производство столовой школы № \_\_\_\_\_

1 неделя 4 день							
Завтрак							
№ рецеп	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.
				Белки	Жиры	Углевод	
114	Запеканка из твор. с морк. с соусом молоч. № 224-2011	200	64,22	17,11	20,28	41,33	411,26
616	Хлеб йодированный	50	4,74	3,85	0,40	25,55	120,00
682	Чай с сахаром № 376-2011	200	1,97	0,10	0,02	9,52	36,77
600	Яблоки (порциями)	100	19,20	0,40	0,40	9,80	45,00
	Итого	550	90,13	21,46	21,11	86,20	613,03
Обед							
№ рецеп	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.
				Белки	Жиры	Углевод	
709	Икра морковная № 75-2011	100	15,87	1,41	6,74	8,69	98,16
737	Щи из свежей капусты и картофеля №88-2011	250	16,02	1,69	6,10	9,24	98,56
1143	Тефтели из филе птицы с овощами 50/50	100	56,19	12,33	10,16	10,09	178,88
1081	Каша ячневая (рассыпчатая) № 302-15	200	12,46	6,40	5,80	42,07	250,54
616	Хлеб йодированный	55	5,87	4,23	0,44	28,11	132,00
615	Хлеб бородинский	53	5,44	3,60	0,69	21,57	109,71
759	Шашлык из плодов шиповника № 388-11	250	14,34	0,43	0,35	23,81	112,46
	Итого	1008	126,18	30,10	30,28	143,58	980,31

Зав. производством \_\_\_\_\_

СОГЛАСОВАНО

АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания Советского района

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

13 февраля 2026 год

Производство столовой школы № \_\_\_\_\_

1 неделя 5 день							
Завтрак							
№ рецеп	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.
				Белки	Жиры	Углевод	
689	Салат из свеклы отварной № 52-2011	100	13.50	1.35	6.09	24.53	89.85
878	Гуляш свиной дощатка № 260-15 50/50	100	53.59	11.25	13.06	2.82	272.08
731	Каша пшеничная с маслом № 302-2011	180	14.77	7.93	5.46	43.28	257.99
616	Хлеб подпорованный	44	4.70	3.03	0.36	22.49	105.60
684	Чай с лимоном № 377-2011	210	3.57	0.13	0.03	9.93	39.19
	Итого	634	90,13	23,70	24,99	103,04	764,71
Обед							
№ рецеп	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.
				Белки	Жиры	Углевод	
836	Винегрет овощной с зел. горошком № 67-15	100	21.76	1.57	10.13	7.93	129.99
779	Рассольник ленинградский № 96-11	250	20.27	2.10	5.11	16.72	124.11
643	Птица, тушеная в соусе № 290-15 50/50	100	44.29	10.98	12.23	2.36	163.10
608	Каша гречневая рассыпч. № 302-11	180	20.96	10.32	6.52	50.65	307.88
616	Хлеб подпорованный	50	5.34	3.84	0.40	25.54	120.00
615	Хлеб бородинский	46	4.71	3.13	0.60	18.72	95.22
769	Компот из сухофруктов № 495-2021	250	8.84	0.57	0.00	24.72	97.63
	Итого	976	126,18	32,51	34,99	146,65	1037,93

Зав. производством \_\_\_\_\_