



АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания Советского района

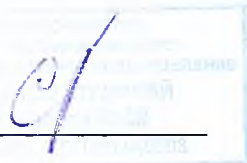
Меню комплексных завтраков и обедов 1-4 классов (с 7 до 11 лет)

10 марта 2026 год

Производство столовой школы № _____

1 неделя 2 день							
Завтрак							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углевод ы	
708	Икра свекольная № 75-2011	60	9,85	0,92	4,04	6,46	63,65
1098	Плов из птицы (филе) № 291-15, 45/135	180	60,50	14,36	11,67	39,85	316,45
616	Хлеб йодированный	20	2,02	1,54	0,16	10,22	45,40
684	Чай с лимоном № 377-2011	240	4,08	0,15	0,03	11,35	44,78
	Итого	500	76,45	16,82	15,90	67,88	470,28
Обед							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углевод ы	
753	Винегрет овощной № 67-11	60	11,98	1,84	6,07	4,48	76,55
751	Суп с макаронными изделиями № 111-11	250	7,70	2,26	5,02	15,59	117,64
234	Котлеты или биточки рыбные № 234-2011	90	33,47	9,67	11,08	11,65	123,37
1087	Пюре картофельное № 312-15	160	31,47	3,35	3,33	21,00	130,44
616	Хлеб йодированный	40	4,27	3,08	0,32	20,44	96,00
615	Хлеб бородинский	37	3,80	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	887	107,03	23,35	26,69	113,25	739,26

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 марта 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	
701	Салат из квашенной капусты № 47-2011	60,00	12,54	0,96	3,00	4,61	50,03
1107	Котлеты мясные (особые) № 269-2011, 50/40	90,00	42,23	7,42	11,92	10,58	176,58
801	Каша пшеничная рассыпчатая № 302-11	150,00	13,14	6,60	5,14	37,99	228,28
616	Хлеб йодированный	41,00	4,29	3,16	0,33	20,95	96,41
684	Чай с лимоном № 377-2011	250,00	4,25	0,16	0,03	11,82	46,65
	Итого	591,00	76,45	18,30	20,42	85,95	597,95
Обед							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углевод ы	
708	Икра свекольная № 75-2011	60	9,85	0,92	4,04	6,46	63,65
754	Суп картоф, с бобовыми № 102-11	250	14,56	5,08	5,33	19,45	147,83
643	Птица, тушеная в соусе № 290-15 50/40	90	37,81	12,04	10,03	3,01	150,56
715	Макаронные изделия отварные № 309-2011	160	16,57	5,58	3,43	33,07	186,49
616	Хлеб йодированный	45	4,81	3,47	0,36	23,00	108,00
615	Хлеб бородинский	43	4,43	2,92	0,56	17,50	89,01
620	Компот из компотной смеси с/м ТТК от 03.07.20	250	19,00	0,44	0,06	11,42	48,20
	Итого	898	107,03401	30,444	23,804	113,906	793,74

Зав. производством _____



АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания Советского района

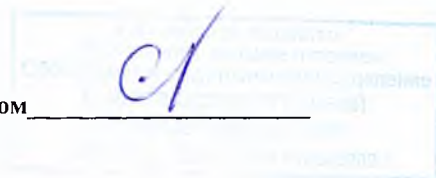
Меню комплексных завтраков и обедов 1-4 классов (с 7 до 11 лет)

12 марта 2026 год

Производство столовой школы № _____

1 неделя 4 день							
Завтрак							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углевод ы	
1114	Запеканка из твор. с морк. с соусом молоч. № 224-2011, 110/40	150	50,70	12,37	15,25	25,44	295,68
616	Хлеб йодированный	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							
№ рец	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	16,39	2,66	4,92	9,24	87,77
1143	Тефтели из филе птицы с овощами Акт от 19.12.23, 50/40	90	50,57	9,96	12,16	10,19	188,46
1081	Каша ячневая (рассыпчатая) № 302-15	160	9,97	5,10	2,93	33,62	184,86
616	Хлеб йодированный	40	4,26	3,08	0,32	20,44	95,74
615	Хлеб бородинский	30	3,11	2,04	0,39	12,21	62,37
812	Компот из яблок № 342-11	250	12,87	0,20	0,20	17,38	69,88
	Итого	880	107,03	23,89	24,96	108,29	747,97

Зав. производством _____





АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания Советского района

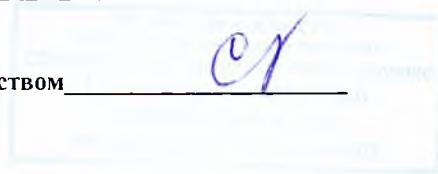
Меню комплексных завтраков и обедов 1-4 классов (с 7 до 11 лет)

13 марта 2026 год

Производство столовой школы № _____

1 неделя 5 день							
Завтрак							
№ рец	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	4,72	53,91
878	Гуляш свиной лопатка № 260-15, 45/45	90	48,23	9,73	22,89	2,54	255,99
731	Каша пшеничная с маслом № 302-2011	150	12,31	6,60	3,46	36,04	205,06
616	Хлеб йодированный	34	3,56	2,62	0,27	17,37	80,01
684	Чай с лимоном № 377-2011	250	4,25	0,16	0,03	11,82	46,65
	Итого	584	76,45	19,92	30,30	72,50	641,61
Обед							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углевод ы	
836	Винегрет овощной с зел, горошком № 67-15	60	13,22	0,94	6,08	4,76	77,99
779	Рассольник ленинградский № 96-11	200	16,96	1,68	4,09	13,38	99,29
1128	Птица, тушеная в соусе № 290-15, 50/50	100	45,74	15,16	11,70	3,01	178,24
608	Каша гречневая рассыпч. № 302-11	160	18,63	9,17	5,80	45,02	273,67
616	Хлеб йодированный	30	3,13	2,31	0,24	15,33	72,00
615	Хлеб бородинский	29	2,99	2,04	0,39	12,21	62,37
769	Компот из сухофруктов № 495-2021	180	6,36	0,41	0,00	17,80	70,29
	Итого	759	107,03	31,71	28,30	111,51	833,85

Зав. производством _____





АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания Советского района

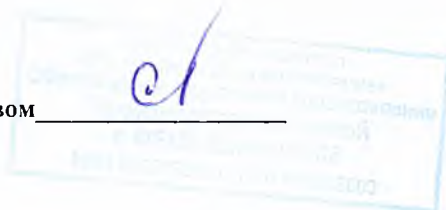
Меню комплексных завтраков и обедов 5-11 классов (обеды по 90,13)

10 марта 2026 год

Производство столовой школы № _____

1 неделя 2 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	100,00	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	4,53	2,77	0,29	18,40	84,95
682	Чай с сахаром № 376-2011	200,00	1,97	0,10	0,02	9,52	36,77
	Итого	550,00	90,13	20,46	20,11	78,43	563,76
Обед							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
751	Суп с макаронными изделиями № 111-11	250	7,70	2,26	5,02	16,59	137,64
234	Котлеты или биточки рыбные № 234-2011	100	37,11	14,79	12,31	20,08	244,60
1087	Пюре картофельное № 312-15	180	35,40	3,79	5,62	33,66	183,02
616	Хлеб йодированный	53	5,67	2,77	0,29	18,40	94,95
684	Чай с лимоном № 377-2011	250	4,25	0,16	0,03	11,82	46,65
	Итого	833	90,13	23,77	23,27	100,55	706,86

Зав. производством _____





АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания Советского района

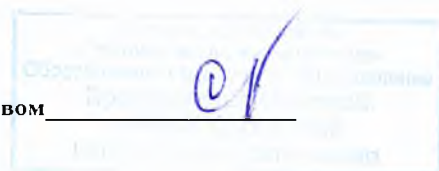
Меню комплексных завтраков и обедов 5-11 классов (обеды по 90,13)

11 марта 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	Углеводы	
701	Салат из квашенной капусты № 47-2011	100,00	20,90	1,60	4,99	7,68	83,39
1107	Котлеты мясные (особые) № 269-2011, 50/50	100,00	44,73	7,27	12,22	7,22	166,67
801	Каша пшеничная рассыпчатая № 302-11	180,00	15,76	7,92	6,17	45,59	273,93
616	Хлеб йодированный	42,00	4,49	2,77	0,29	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	19,73	23,70	90,71	655,59
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
643	Птица, тушеная в соусе № 290-15, 60/40	100	53,30	18,64	13,26	15,29	221,93
715	Макаронные изделия отварные № 309-2011	180	18,64	6,27	5,86	37,20	209,80
616	Хлеб йодированный	20	1,86	2,77	0,34	20,40	93,95
682	Чай с сахаром № 376-2011	180	1,77	0,09	0,02	8,57	33,09
	Итого	834	90,13	32,85	24,79	100,91	706,60

Зав. производством _____





СОГЛАСОВАНО

АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания Советского района

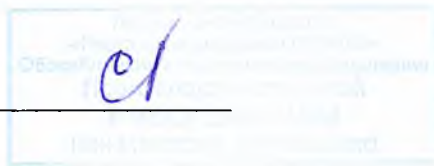
Меню комплексных завтраков и обедов 5-11 классов (обеды по 90,13)

12 марта 2026 год

Производство столовой школы № _____

1 неделя 4 день							
Завтрак							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
1114	Запеканка из твор, с морк, с соусом молоч, № 224-2011, 150/50	200,00	64,22	13,03	14,71	33,35	286,87
616	Хлеб йодированный	50,00	3,31	2,77	0,84	18,40	94,95
684	Чай с лимоном № 377-2011	200,00	3,40	0,13	0,03	9,46	43,32
600	Яблоки (порциями)	100,00	19,20	0,40	0,40	9,80	45,00
	Итого	550,00	90,13	16,33	15,98	71,01	470,14
Обед							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
737	Щи из свежей капусты и картофеля № 88-2011	250	16,39	1,69	6,10	9,24	98,56
1143	Тефтели из филе птицы с овощами 50/50	100	56,19	11,95	14,34	11,93	228,96
1081	Каша ячневая (рассыпчатая) № 302-15	180	11,22	6,76	3,30	38,83	245,48
616	Хлеб йодированный	37	3,87	2,77	0,34	29,40	94,95
682	Чай с сахаром № 376-2011	250	2,46	0,12	0,03	11,90	45,96
	Итого	817	90,13	23,29	24,11	101,30	713,91

Зав. производством _____





АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания Советского района

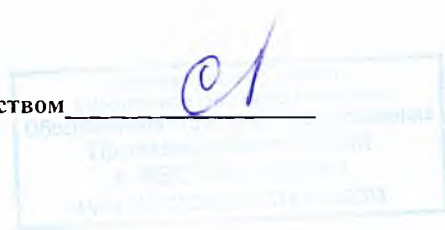
Меню комплексных завтраков и обедов 5-11 классов (обеды по 90,13)

13 марта 2026 год

Производство столовой школы № _____

1 неделя 5 день							
Завтрак							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции,	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность,
				Белки	Жиры	Углево	
689	Салат из свеклы отварной № 52-2011	100	13,50	1,35	6,08	7,87	89,85
878	Гуляш свиной лопатка № 260-15, 50/50	100	53,59	10,81	25,43	2,82	284,43
731	Каша пшеничная с маслом № 302-2011	180	15,76	7,92	4,15	43,25	246,07
616	Хлеб йодированный	37	3,88	2,77	0,34	18,40	84,95
684	Чай с лимоном № 377-2011	200	3,40	0,16	0,03	9,46	37,32
	Итого	634	90,13	23,01	36,03	81,80	742,62
Обед							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углево ды	
779	Рассольник ленинградский № 96-11	250	21,20	2,10	5,11	16,72	124,11
1128	Птица, тушеная в соусе № 290-15, 50/50	100	45,74	15,16	11,70	3,01	178,24
608	Каша гречневая рассыпч. № 302-11	180	20,96	10,32	6,52	50,65	307,88
616	Хлеб йодированный	20	0,46	2,77	0,34	21,70	84,95
682	Чай с сахаром № 376-2011	180	1,77	0,09	0,02	8,57	33,09
	Итого	800	90,13	30,44	23,69	100,65	728,28

Зав. производством _____





АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания Советского района

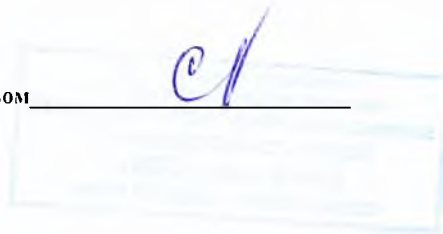
Меню комплексных завтраков и обедов 5-11 классов (обеды по 126,18)

10 марта 2026 год

Производство столовой школы № _____

1 неделя 2 день							
Завтрак							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углевод ы	
708	Икра 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	38	4,04	2,77	0,29	18,40	84,95
682	Чай с сахаром № 376-2011	250	2,46	0,12	0,03	11,90	45,96
	Итого	588	90,13	20,48	20,12	80,81	572,95
Обед							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углевод ы	
753	Винегрет овощной № 67-11	100	19,97	1,39	10,12	7,47	127,59
751	Суп с макаронными изделиями № 111-11	250	7,70	2,26	5,02	15,59	117,64
234	Котлеты или биточки рыбные № 234-2011	100	37,11	10,22	5,72	20,08	244,60
1087	Пюре картофельное № 312-15	190	37,37	4,00	5,93	33,66	183,02
616	Хлеб йодированный	50	5,34	3,08	0,32	20,44	96,00
615	Хлеб бородинский	43	4,35	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	983	126,18	24,10	27,98	137,33	964,11

Зав. производством _____





АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания Советского района

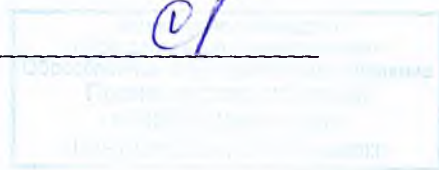
Меню комплексных завтраков и обедов 5-11 классов (обеда по 126,185)

12 марта 2026 год

Производство столовой школы № _____

1 неделя 4 день							
Завтрак							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углевод	
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	0,84	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	15,98	71,01	470,14
Обед							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углевод	
709	Икра морковная № 75-2011	100	16,43	1,42	6,73	8,68	98,17
737	Щи из свежей капусты и картофеля № 88-2011	250	16,39	1,69	6,10	9,24	98,56
1143	Тефтели из филе птицы с овощами Акт от 19.12.23, 55/55	110	61,81	11,95	14,34	11,93	228,96
1081	Каша ячневая (рассыпчатая) № 302-15	180	11,22	6,76	3,30	38,83	245,48
616	Хлеб йодированный	36	3,84	3,08	0,32	20,44	96,00
615	Хлеб бородинский	35	3,62	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	961	126,18	27,82	31,51	122,77	919,84

Зав. производством _____





АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания Советского района

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

13 марта 2026 год

Производство столовой школы № _____

1 неделя 5 день							
Завтрак							
№ рец	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	6,08	7,87	89,85
878	Гуляш свиной лопатка № 260-15, 50/50	100	53,59	10,81	25,43	2,82	284,43
731	Каша пшеничная с маслом № 302-2011	180	15,76	7,92	4,15	43,25	246,07
616	Хлеб йодированный	37	3,88	2,77	0,34	18,40	84,95
684	Чай с лимоном № 377-2011	200	3,40	0,16	0,03	9,46	37,32
	Итого	634	90,13	23,01	36,03	81,80	742,62
Обед							
№ рец	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	22,03	1,57	10,13	7,93	129,98
779	Рассольник ленинградский № 96-11	250	21,20	2,10	5,11	16,72	124,11
1128	Птица. тушеная в соусе № 290-15, 50/50	100	45,74	15,16	11,70	3,01	178,24
608	Каша гречневая рассыпч. № 302-11	180	20,96	10,32	6,52	50,65	307,88
616	Хлеб йодированный	36	3,80	3,08	0,32	20,44	96,00
615	Хлеб бородинский	35	3,61	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	951	126,18	35,52	34,30	139,75	1016,64

Зав. производством _____

