



АО «Ростовское школьное питание» Комбинат Питания Советского района

МЕНЮ

для детей 12 лет и старше (обеды по 126,18)

«19» декабря 2025 г.

Производство столовой школы № 88

1 неделя 5 день							
Завтрак							
№ реп	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг, ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
760	Салат из соленых огурцов с луком № 21-11	60	14,42	0,59	3,03	5,64	40,85
878	Гуляш свиной лопатка № 260-15 50/50	100	50,87	11,25	13,06	2,82	272,08
731	Каша пшеничная с маслом № 302-2011	180	18,99	7,93	5,46	43,28	257,99
616	Хлеб йодированный	37	3,38	2,55	0,3	18,91	88,8
682	Чай с сахаром № 376-2011	250	2,47	0,12	0,03	11,9	45,96
	Итого	627	90,13	22,44	21,88	82,55	705,68
Обед							
№ реп	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг, ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
836	Винегрет овощной с зел, горошком № 67-15	100	20,92	1,57	10,13	7,93	129,99
779	Рассольник ленинградский № 96-11	250	18,87	2,1	5,11	16,72	124,11
1131	Птица в соусе с томатом (бедро) № 367-2021 50/50	100	43,73	10,98	12,23	2,36	163,1
608	Каша гречневая рассыпч, № 302-11	180	21,91	10,32	6,52	50,65	307,88
616	Хлеб йодированный	45	4,04	3,46	0,36	22,99	108
615	Хлеб бородинский	20	1,8	1,36	0,26	8,14	41,4
1138	Компот из яблок и клубники	200	14,91	0,24	0,16	13,44	55,1
	Итого	895	126,18	30,03	34,77	122,23	929,58

Зав. производством _____



АО «Ростовское школьное питание» Комбинат Питания Советского района

МЕНЮ
для детей 12 лет и старше (обеды по 126,18)

«18» декабря 2025 г.

Производство столовой школы № 88

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 150/40	190	64,23	16,25	19,27	39,26	390,7
616	Хлеб йодированный	31	2,78	2,39	0,25	15,84	74,4
684	Чай с лимоном № 377-2011	250	3,92	0,16	0,03	11,82	46,65
600	Яблоки (порциями)	100	19,2	0,4	0,4	9,8	45
	Итого	571	90,13	19,2	19,95	76,72	556,75
Обед							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг, ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
709	Икра морковная № 75-2011	100	15,86	1,41	6,74	8,69	98,16
737	Щи из свежей капусты и картофеля №88-2011	250	15,99	1,69	6,1	9,24	98,56
1143	Тефтели из филе птицы с овощами 65/35	100	55,76	12,33	10,16	10,09	178,88
1081	Каша ячневая (рассыпчатая) № 302-15	200	18,88	6,4	5,8	42,07	250,54
616	Хлеб йодированный	46	4,13	3,54	0,37	23,51	110,4
615	Хлеб бородинский	30	2,69	2,04	0,39	12,21	62,1
812	Компот из яблок № 342-11	250	12,87	0,2	0,2	17,38	69,88
	Итого	976	126,18	27,61	29,76	123,19	868,52

Зав. производством _____

«СОГЛАСОВАНО»



АО «Ростовское школьное питание» Комбинат Питания Советского района

МЕНЮ
для детей 12 лет и старше (обеды по 126,18)

«16» декабря 2025 г.

Производство столовой школы № 88

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	15,84	1,54	6,74	10,76	106,08
1098	Плов из птицы (филе) № 291-15 50/150	200	67,13	16,05	13,06	39,75	335,96
616	Хлеб йодированный	36	3,24	2,77	0,29	18,4	86,4
684	Чай с лимоном № 377-2011	250	3,92	0,16	0,03	11,82	46,65
	Итого	586	90,13	20,52	20,12	80,73	575,09
Обед							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
753	Винегрет овощной № 67-11	100	18,62	1,39	10,12	27,47	127,59
764	Суп картофельный с макарон, изделиями № 103-11	250	15,2	2,64	2,77	23,46	119,58
1137	Рыба (филе минтая) тушеная с овощами № 229-2011 50/50	100	42,21	15,79	12,31	20,07	214,6
1087	Пюре картофельное № 312-15	180	37,66	3,79	5,62	23,65	163,01
616	Хлеб йодированный	27	2,42	2,08	0,22	13,8	64,8
615	Хлеб бородинский	20	1,8	1,36	0,26	8,14	41,4
759	Напиток из плодов шиповника № 388-11	200	8,27	0,34	0,28	19,05	89,96
	Итого	877	126,18	27,39	31,58	135,64	820,94

Зав. производством _____

«СОГЛАСОВАНО»



АО «Ростовское школьное питание» Комбинат Питания Советского района

МЕНЮ
для детей 12 лет и старше (обеда по 126,18)

«15» декабря 2025 г.

Производство столовой школы № 

1 неделя 1 день							
Завтрак							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг, ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
729	Суп молочный с макаронами № 120-2011	230	21,07	7,6	13,45	21,38	209,5
737	Сыр (порциями) № 15-2011	15	22,7	4,02	3,78	0	50,1
616	Хлеб йодированный	40	3,59	3,08	0,32	20,44	96
1090	Какао с молоком №382-2011	200	23,57	3,97	3,2	25,78	144
600	Яблоки (порциями)	100	19,2	0,4	0,4	9,8	45
	Итого	585	90,13	19,07	21,15	77,4	544,6
Обед							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг, ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
760	Салат из соленых огурцов с луком № 21-11	100	24,03	0,99	5,05	9,4	68,08
680	Борщ с капустой и картофелем № 82-2011	250	15,09	1,67	4,89	13,3	99,61
1105	Биточки мясные № 268-2011 65/35	100	53,32	10,51	14,81	15,12	227,79
608	Каша гречневая рассыпч, № 302-11	180	21,91	10,32	6,52	50,65	307,88
616	Хлеб йодированный	30	2,69	2,31	0,24	15,33	72
615	Хлеб бородинский	20	1,8	1,36	0,26	8,14	41,4
620	Компот из компотной смеси с/м ТТК от 03,07,20	200	7,34	0,21	0,03	11,15	44,65
	Итого	880	126,18	27,37	31,8	123,09	861,41

Зав. производством 



АО «Ростовское школьное питание» Комбинат Питания Советского района

МЕНЮ
для детей 12 лет и старше (обеды по 90,13)

«19» декабря 2025 г.

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	Углеводы	
760	Салат из соленых огурцов с луком № 21-11	60	14,42	0,59	3,03	5,64	40,85
878	Гуляш свиной лопатка № 260-15 50/50	100	50,87	11,25	13,06	2,82	272,08
731	Каша пшеничная с маслом № 302-2011	180	18,99	7,93	5,46	43,28	257,99
616	Хлеб йодированный	37	3,38	2,55	0,3	18,91	88,8
682	Чай с сахаром № 376-2011	250	2,47	0,12	0,03	11,9	45,96
	Итого	627	90,13	22,44	21,88	82,55	705,68
Обед							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
779	Рассольник ленинградский № 96-11	250	18,87	2,1	5,11	16,72	124,11
1131	Птица в соусе с томатом (бедро) № 367-2021 50/50	100	43,73	10,98	12,23	2,36	163,1
608	Каша гречневая рассыпч., № 302-11	150	18,26	8,6	5,44	42,21	256,57
616	Хлеб йодированный	33	2,99	2,54	0,26	16,86	79,2
769	Компот из сухофруктов № 495-2021	180	6,28	0,41	0	17,8	70,29
	Итого	713	90,13	24,63	23,04	95,95	693,27

Зав. производством _____

«СОГЛАСОВАНО»



АО «Ростовское школьное питание» Комбинат Питания Советского района

МЕНЮ
для детей 12 лет и старше (обеда по 90,13)

«18» декабря 2025 г.

Производство столовой школы № 88

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 tvor, с морк, с соусом молоч, № 224-2011 150/40	190	64,23	16,25	19,27	39,26	390,7
616	Хлеб йодированный	31	2,78	2,39	0,25	15,84	74,4
684	Чай с лимоном № 377-2011	250	3,92	0,16	0,03	11,82	46,65
600	Яблоки (порциями)	100	19,2	0,4	0,4	9,8	45
	Итого	571	90,13	19,2	19,95	76,72	556,75
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	200	12,79	1,35	4,88	7,39	78,85
1143	Тефтели из филе птицы с овощами 60/30	90	50,19	11,09	9,15	9,08	160,99
1081	Каша ячневая (рассыпчатая) № 302-15	160	15,1	5,12	4,64	33,66	200,43
616	Хлеб йодированный	31	2,78	2,39	0,25	15,84	74,4
812	Компот из яблок № 342-11	180	9,27	0,14	0,14	12,51	50,31
	Итого	661	90,13	20,09	19,06	78,48	564,98

Зав. производством _____

«СОГЛАСОВАНО»



АО «Ростовское школьное питание» Комбинат Питания Советского района

МЕНЮ
для детей 12 лет и старше (обеда по 90,13)

«17» декабря 2025 г.

Производство столовой школы № 89

1 неделя 3 день							
Завтрак							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
776	Салат из белокач,капусты с зел,горошком № 45-11	100	18,13	1,68	5,09	9,5	89,5
1107	Котлеты мясные (особые) № 269-2011 65/35	100	49,94	9,15	11,18	13,15	190,83
801	Каша пшенная рассыпчатая № 302-11	170	17,41	7,49	6,45	43,07	264,34
616	Хлеб йодированный	32	2,87	2,46	0,26	16,35	76,8
682	Чай с сахаром № 376-2011	180	1,78	0,09	0,02	8,57	33,09
	Итого	582	90,13	20,87	23	90,64	654,56
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	13,03	5,05	5,32	19,27	147,1
643	Птица, тушеная в соусе № 290-15 50/40	90	42,02	14,2	16,88	13,76	262,74
715	Макаронные изделия отварные № 309-2011	180	22,86	6,29	5,13	37,22	220,41
616	Хлеб йодированный	39	3,5	3	0,31	19,93	93,6
769	Компот из сухофруктов № 495-2021	250	8,72	0,57	0	24,73	97,63
	Итого	809	90,13	29,11	27,64	114,91	821,48

Зав. производством _____



АО «Ростовское школьное питание» Комбинат Питания Советского района

МЕНЮ
для детей 12 лет и старше (обеды по 90,13)

«16» декабря 2025 г.

Производство столовой школы № 128

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	15,84	1,54	6,74	10,76	106,08
1098	Плов из птицы (филе) № 291-15 50/150	200	67,13	16,05	13,06	39,75	335,96
616	Хлеб йодированный	36	3,24	2,77	0,29	18,4	86,4
684	Чай с лимоном № 377-2011	250	3,92	0,16	0,03	11,82	46,65
	Итого	586	90,13	20,52	20,12	80,73	575,09
Обед							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
764	Суп картофельный с макарон, изделиями № 103-11	200	12,16	2,11	2,22	16,37	95,66
1137	Рыба (филе минтая) тушеная с овощами № 229-2011 45/45	90	37,96	13,31	11,08	14,47	193,14
1087	Пюре картофельное № 312-15	140	29,33	2,95	4,37	18,4	126,79
616	Хлеб йодированный	36	3,24	2,77	0,29	18,4	86,4
759	Напиток из плодов шиповника № 388-11	180	7,44	0,31	0,25	17,15	80,97
	Итого	646	90,13	21,45	18,21	84,79	582,96

Зав. производством _____

«СОГЛАСОВАНО»



АО «Ростовское школьное питание» Комбинат Питания Советского района

МЕНЮ
для детей 12 лет и старше (обеда по 90,13)

«15» декабря 2025 г.

Производство столовой школы № 88

1 неделя 1 день							
Завтрак							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
729	Суп молочный с макаронами № 120-2011	230	21,07	7,6	13,45	21,38	209,5
737	Сыр (порциями) № 15-2011	15	22,7	4,02	3,78	0	50,1
616	Хлеб йодированный	40	3,59	3,08	0,32	20,44	96
1090	Какао с молоком №382-2011	200	23,57	3,97	3,2	25,78	144
600	Яблоки (порциями)	100	19,2	0,4	0,4	9,8	45
	Итого	585	90,13	19,07	21,15	77,4	544,6
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	15,09	1,67	4,89	13,3	99,61
1105	Биточки мясные № 268-2011 60/30	90	47,94	8,56	13,33	13,61	205,01
608	Каша гречневая рассыпч, № 302-11	150	18,26	8,6	5,44	42,21	256,57
616	Хлеб йодированный	25	2,23	1,92	0,2	12,77	60
620	Компот из компотной смеси с/м ТТК от 03,07,20	180	6,61	0,19	0,03	10,03	40,19
	Итого	695	90,13	20,94	23,89	91,92	661,38

Зав. производством _____



АО «Ростовское школьное питание» Комбинат Питания Советского района

МЕНЮ

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

«18» декабря 2025 г.

Производство столовой школы № 88

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 tvor, с морк, с соусом молоч, № 224-2011 120/30	150	50,64	12,83	15,21	30,21	308,45
616	Хлеб йодированный	46	4,14	3,54	0,37	23,51	110,4
682	Чай с сахаром № 376-2011	250	2,47	0,12	0,03	11,9	45,96
600	Яблоки (порциями)	100	19,2	0,4	0,4	9,8	45
	Итого	546	76,45	16,89	16,01	75,42	509,81
Обед							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
709	Икра морковная № 75-2011	60	9,52	0,85	4,04	5,21	58,9
737	Щи из свежей капусты и картофеля №88-2011	250	15,99	1,69	6,1	9,24	98,56
1143	Тефтели из филе птицы с овощами 60/30	90	50,19	11,09	9,15	9,08	160,99
1081	Каша ячневая (рассыпчатая) № 302-15	160	15,1	5,12	4,64	33,66	200,43
616	Хлеб йодированный	36	3,24	2,77	0,29	18,4	86,4
615	Хлеб бородинский	30	2,69	2,04	0,39	12,21	62,1
812	Компот из яблок № 342-11	200	10,3	0,16	0,16	13,9	55,9
	Итого	826	107,03	23,72	24,77	101,7	723,28

Зав. производством _____



АО «Ростовское школьное питание» Комбинат Питания Советского района

МЕНЮ
комплексных завтраков и обедов 1-4 классов (с 7 до 11 лет)
«17» декабря 2025 г.

Производство столовой школы № 38

1 неделя 3 день							
Завтрак							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг, ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
776	Салат из белокач,капусты с зел,горошком № 45-11	60	10,88	1,01	3,06	5,7	53,7
1107	Котлеты мясные (особые) № 269-2011 60/30	90	44,96	8,24	10,6	11,84	171,75
801	Каша пшениная рассыпчатая № 302-11	150	15,36	6,61	5,69	38	233,24
616	Хлеб йодированный	31	2,78	2,39	0,25	15,84	74,4
682	Чай с сахаром № 376-2011	250	2,47	0,12	0,03	11,9	45,96
	Итого	581	76,45	18,37	19,63	83,28	579,05
Обед							
№ рец	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	7,66	0,81	3,65	14,72	53,91
754	Суп картоф, с бобовыми № 102-11	200	10,43	4,04	4,26	15,41	117,68
905	Бедро ЦБ отварн, п/ф № 288-18	90	58,94	11,75	11,88	0,44	183,51
715	Макаронные изделия отварные № 309-2011	150	19,05	5,24	4,28	31,02	183,67
616	Хлеб йодированный	32	2,87	2,46	0,26	16,35	76,8
615	Хлеб бородинский	20	1,8	1,36	0,26	8,14	41,4
769	Компот из сухофруктов № 495-2021	180	6,28	0,41	0	17,8	70,29
	Итого	732	107,03	26,07	24,59	103,88	727,26

Зав. производством _____



«СОГЛАСОВАНО»

АО «Ростовское школьное питание» Комбинат Питания Советского района

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

«16» декабря 2025 г.

Производство столовой школы № 88

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	60	9,51	0,92	4,04	6,46	63,65
1098	Плов из птицы (филе) № 291-15 45/135	180	60,42	14,45	11,75	35,78	302,36
616	Хлеб йодированный	29	2,6	2,23	0,23	14,82	69,6
684	Чай с лимоном № 377-2011	250	3,92	0,16	0,03	11,82	46,65
	Итого	519	76,45	17,76	16,05	68,88	482,26
Обед							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
753	Винегрет овощной № 67-11	60	11,17	0,84	6,07	16,48	76,55
764	Суп картофельный с макарон, изделиями № 103-11	200	12,16	2,11	2,22	16,37	95,66
1137	Рыба (филе минтая) тушеная с овощами № 229-2011 45/45	90	37,96	13,31	11,08	14,47	193,14
1087	Пюре картофельное № 312-15	160	33,47	3,37	5	21,02	144,9
616	Хлеб йодированный	34	3,03	2,62	0,27	17,37	81,6
615	Хлеб бородинский	20	1,8	1,36	0,26	8,14	41,4
759	Напиток из плодов шиповника № 388-11	180	7,44	0,31	0,25	17,15	80,97
	Итого	744	107,03	23,92	25,15	111	714,22

Зав. производством _____

«СОГЛАСОВАНО»



АО «Ростовское школьное питание» Комбинат Питание Современного региона

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

«15» декабря 2025 г.

Производство столовой школы № 88

1 неделя 1 день

Завтрак

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
729	Суп молочный с макаронами № 120-2011	160	14,69	5,29	9,36	12,79	145,04
737	Сыр (порциями) № 15-2011	10	15,13	2,68	2,52	0	33,4
616	Хлеб йодированный	43	3,86	3,31	0,34	21,97	103,2
1090	Какао с молоком №382-2011	200	23,57	3,97	3,2	25,78	144
600	Яблоки (порциями)	100	19,2	0,4	0,4	9,8	45
	Итого	513	76,45	15,65	15,82	70,34	470,64

Обед

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
760	Салат из соленых огурцов с луком № 21-11	60	14,42	0,59	3,03	5,64	40,85
680	Борщ с капустой и картофелем № 82-2011	250	15,09	1,67	4,89	13,3	99,61
1105	Бигочки мясные № 268-2011 60/30	90	47,94	8,56	13,33	13,61	205,01
608	Каша гречневая рассыпч., № 302-11	150	18,26	8,6	5,44	42,21	256,57
616	Хлеб йодированный	33	2,91	2,54	0,26	16,86	79,2
615	Хлеб бородинский	20	1,8	1,36	0,26	8,14	41,4
620	Компот из компотной смеси с/м ТТК от 03.07,20	180	6,61	0,19	0,03	10,03	40,19
	Итого	783	107,03	23,51	27,24	109,79	762,83

Зав. производством _____