



АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания Советского района

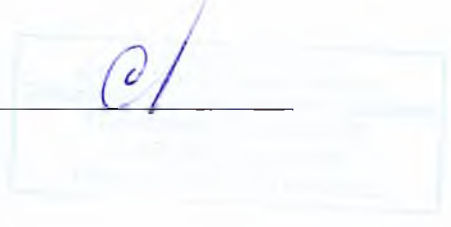
Меню комплексных завтраков и обедов 5-11 классов (обеды по 90,13)

20 февраля 2026 год

Производство столовой школы № _____

2 недели 5 день							
Завтрак							
№ реп	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	6,09	24,53	89,85
643	Птица тушеная в соусе № 290-15 50/50	100	44,29	10,14	8,67	3,36	128,35
801	Каша пшеница расевычатая № 302-11	215	18,83	9,47	8,16	54,48	334,31
616	Хлеб подорованный	44	4,68	3,39	0,36	22,49	105,60
769	Компот из сухофруктов № 495-2021	250	8,84	0,57	0,00	24,72	97,63
	Итого	709	90,13	24,92	23,27	129,57	755,74
Обед							
№ реп	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	13,94	5,05	5,33	19,26	147,10
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	5,63	23,65	163,01
616	Хлеб подорованный	30	1,55	2,31	0,24	15,33	72,00
682	Чай с сахаром № 376-2011	250	2,46	0,13	0,03	11,90	45,96
	Итого	810	90,13	26,07	23,53	86,22	642,67

Зав. производством _____





АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания Советского района

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

16 февраля 2026 год

Производство столовой школы № _____

2 неделя 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	250	35,73	7,33	11,83	53,86	328,68
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 поджаренный	45	4,78	3,47	0,36	23,00	108,00
684	Чай с лимоном № 377-2011	250	4,25	0,13	0,03	9,46	37,32
	Итого	600	90,13	18,74	22,97	86,67	603,30
Обед							
№ рецеп	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал
				Белки	Жиры	Углеводы	
973	Салат из белокачанной капусты № 45-15	100	14,69	1,55	5,09	15,56	88,20
680	Борщ с капустой и картофелем № 82-2011	250	15,98	1,67	4,89	13,30	99,61
711	Фрикадельки из филе ЦБ со сметанным соусом № 297-2011 70/30	100	50,84	13,94	12,09	15,85	208,12
801	Каша пшеница рассыпчатая № 302-11	180	15,76	7,93	6,83	45,60	279,89
616	Хлеб поджаренный	30	3,00	2,02	0,21	13,42	63,00
769	Компот из сухофруктов № 495-2021	190	6,72	0,43	0,00	18,79	74,20
600	Яблоки (порциями)	100	19,20	0,40	0,40	9,80	45,00
	Итого	950	126,18	27,94	29,51	132,32	858,02

Зав. производством _____



АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания Советского района

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

16 февраля 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	250,00	35,73	7,33	11,83	53,86	328,68
862	Яйца вареные № 209-15	40,00	21,60	5,08	4,60	0,28	62,80
782	Масло (порции) № 14-11	5,00	8,64	0,05	3,63	0,07	33,10
737	Сыр (порции) № 15-2011	10,00	15,13	2,68	2,52	0,00	33,40
616	Хлеб подпорованный	45,00	4,78	3,47	0,36	23,00	108,00
684	Чай с лимоном № 377-2011	250,00	4,25	0,13	0,03	9,46	37,32
	Итого	600,00	90,13	11,41	11,14	32,81	274,62
Обед							
№ рецеп	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	15,98	1,67	4,89	13,30	99,61
711	Фрикадельки из филе ЦБ со сметанным соусом № 297-2011 70/30	100	50,84	13,94	12,09	15,85	208,12
801	Каша пшенная рассычатая № 302-11	190	16,64	8,37	7,21	48,13	295,44
616	Хлеб подпорованный	40	4,21	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	830	90,13	27,18	24,54	109,62	745,13

Зав. производством _____

АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания Советского района

Меню комплексных завтраков и обедов 5-11 классов (обед) № 90.13

17 февраля 2026 год

Производство столовой школы № _____



2 недели 2 день							
Завтрак							
№ рецеп	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	200	64,22	17,11	20,28	41,33	411,26
616	Хлеб подированный	40	4,25	3,08	0,32	20,44	96,00
682	Чай с сахаром № 376-2011	250	2,46	0,12	0,03	14,90	45,96
600	Яблоки (поршиками)	100	19,20	0,40	0,40	9,80	45,00
	Итого	590	90,13	20,71	21,04	83,47	598,22
Обед							
№ рецеп	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал
				Белки	Жиры	Углеводы	
975	Салат из белокочанной капусты № 45-15	100	14,69	1,55	5,09	15,56	88,20
761	Суп крестьянский с крупой ячневой № 98-11	250	12,70	2,17	5,00	13,80	109,17
1015	Плов из птицы (бедра) № 291-15 50/150	200	55,59	14,83	14,83	29,06	304,48
616	Хлеб подированный	40	3,58	3,08	0,33	20,44	96,00
684	Чай с лимоном № 377-2011	210	3,57	0,11	0,03	7,95	31,35
	Итого	800	90,13	21,74	25,27	86,80	629,20

Зав. производством _____

АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания Советского района

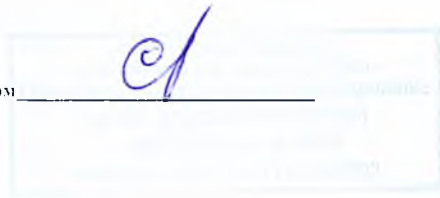
Меню комплексных завтраков и обедов 5-11 классов (обеда по 90,13 руб.)
18 февраля 2026 год

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	Пшера морковная № 75-2011	100	16,44	0,91	6,74	6,69	68,16
1144	Котлеты рубл. из филе птицы со смет. соусом № 295-11 50/50	100	41,25	8,23	7,51	9,66	147,62
608	Каша гречневая рассыпч. № 302-11	180	20,96	10,32	6,52	50,65	307,88
616	Хлеб йодированный	30	3,17	1,76	0,24	9,22	66,44
769	Компот из сухофруктов № 495-2021	235	8,31	0,54	0,00	23,25	91,77
	Итого	645	90,13	21,75	21,01	99,46	681,88
Обед							
№ рецеп	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	250	16,07	2,64	2,78	20,46	119,58
878	Гуляш свиной долька № 260-15 50/50	100	53,59	11,25	13,06	2,82	272,08
1081	Каша ячневая (рассыпчатая) № 302-15	180	11,22	5,76	5,22	37,87	225,48
616	Хлеб йодированный	47	5,00	3,62	0,38	24,02	112,80
684	Чай с лимоном № 377-2011	250	4,25	0,13	0,03	9,46	37,32
	Итого	827	90,13	23,40	21,46	94,63	767,26

Зав. производством _____





АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания Советского района

Меню комплексных завтраков и обедов 5-11 классов (обеды по 90 руб.)
 19 февраля 2026 год
 Производство столовой школы № _____

2 недели 4 день								
Завтрак								
№ рецеп	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал	
				Белки	Жиры	Углеводы		
708	Пыра свекольная № 75-2011	100	16,41	1,54	6,74	10,76	106,09	
1142	Тефтели гов. со сметанным соусом №279-15	100	50,09	9,54	9,39	13,60	163,65	
715	Макаронные изделия отварные № 309-2011	180	18,64	6,29	5,13	37,22	220,41	
616	Хлеб подорованный	30	3,20	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	590	90,13	19,76	21,52	85,48	595,24	
Обед								
№ рецеп	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал	
				Белки	Жиры	Углеводы		
1113	Суп картофельный с рисом № 101-15	250	13,35	1,99	2,71	17,16	102,89	
1144	Котлеты рубл. из филе птицы со смет. соусом № 295-11 50/50	100	41,25	8,23	7,51	9,66	147,62	
715	Макаронные изделия отварные № 309-2011	180	18,64	6,29	5,13	37,22	220,41	
616	Хлеб подорованный	38	4,02	2,92	0,30	19,42	91,20	
812	Компот из яблок № 342-11	250	12,87	0,20	0,20	17,38	69,88	
	Итого	818	90,13	19,63	15,86	100,84	632,00	

Зав. производством _____

el

АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания Советского района

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

18 февраля 2026 год

Производство столовой школы № _____



2 неделя 3 день							
Завтрак							
№ реп	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал
				Белки	Жиры	Углеводы	
709	Пкра морковная № 75-2011	100	16,44	0,91	6,74	6,69	68,16
1144	Котлеты рубл. из филе птицы со смет. соусом № 295-11 50/50	100	41,25	8,23	7,51	9,66	147,62
608	Каша гречневая рассыпч. № 302-11	180	20,96	10,32	6,52	50,65	307,88
616	Хлеб вобированный	30	3,17	1,76	0,24	9,22	66,44
769	Компот из сухофруктов № 495-2021	235	8,31	0,54	0,00	23,25	91,77
	Итого	645	90,13	21,75	21,01	99,46	681,88
Обед							
№ реп	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал
				Белки	Жиры	Углеводы	
760	Салат из соевых огурцов с луком № 21-11	100	32,05	0,98	5,05	9,40	68,08
764	Суп картофельный с макарон. изделиями № 103-11	250	16,07	2,64	2,77	20,46	119,58
878	Гуляш свиной лопатка № 260-15 50/50	100	53,59	11,25	13,06	2,82	272,08
1081	Каша ячневая (рассыпчатая) № 302-15	180	11,22	6,40	5,80	37,86	225,48
616	Хлеб вобированный	45	4,81	3,47	0,36	23,00	108,00
615	Хлеб бородинский	43	4,45	2,92	0,56	17,50	89,01
684	Чай с лимоном № 377-2011	235	4,00	0,14	0,03	11,11	43,85
	Итого	953	126,18	27,81	27,63	122,15	926,09

Зав. производством _____



АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания Советского района

Меню комплексных завтраков и обедов 1-4 классов (с 7 до 11 лет)
 16 февраля 2026 год
 Производство столовой школы № _____

2 неделя 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	4,23	7,10	32,32	197,21
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	50	5,39	3,84	0,40	25,54	120,00
684	Чай с лимоном № 377-2011	250	4,25	0,15	0,03	11,82	46,65
	Итого	505	76,45	16,04	18,28	70,03	493,16
Обед							
№ рецеп	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.
				Белки	Жиры	Углеводы	
973	Салат из белокачанной капусты № 45-15	60	8,81	0,93	3,05	5,59	52,92
680	Борщ с капустой и картофелем № 82-2011	200	12,78	1,33	3,91	10,64	79,69
711	Фрикадельки из филе ЦБ со сметанным соусом № 297-2011 60/30	90	45,75	10,85	11,88	10,87	180,30
801	Каша пшеница рассыпчатая № 302-11	150	13,14	6,61	5,69	38,00	233,24
616	Хлеб йодированный	25	2,67	1,92	0,20	12,77	60,00
615	Хлеб бородинский	22	2,21	1,50	0,29	8,95	45,54
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	897	107,03	23,66	25,45	108,52	742,65

Зав. производством _____



АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания Советского района

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

17 февраля 2026 год

Производство столовой школы № _____

2 неделя 2 день							
Завтрак							
№ рецеп	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.
				Белки	Жиры	Углеводы	
114	Запеканка из творог. с морк. с соусом молоч. № 224-2011 110/40	150	50,70	12,83	15,21	30,21	308,45
682	Чай с сахаром № 376-2011	250	2,46	0,12	0,03	11,90	45,96
616	Хлеб бодированный	38	4,09	2,93	0,30	19,42	91,20
600	Яблоки (порциями)	100	19,20	0,40	0,40	9,80	45,00
	Итого	538	76,45	16,28	15,94	71,33	490,61
Обед							
№ рецеп	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.
				Белки	Жиры	Углеводы	
708	Икра свекольная № 75-2011	60	8,21	0,92	4,04	6,46	63,65
761	Суп крестьянский с крупой № 98-11	250	12,70	2,17	5,00	13,80	109,17
1015	Плов из птицы (бедро) № 291-15 70/180	250	69,49	18,55	15,62	36,33	380,61
616	Хлеб бодированный	20	2,67	1,54	0,16	10,22	48,00
615	Хлеб бородинский	25	2,49	1,70	0,32	10,17	51,75
759	Пантук из плодов шиповника № 388-11	180	11,47	0,31	0,25	17,15	80,96
	Итого	785	107,03	25,19	25,40	94,12	734,14

Зав. производством _____

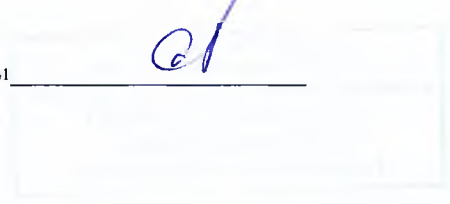


АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания Советского района

Меню комплексных завтраков и обедов 1-4 классов (с 7 до 11 лет)
 18 февраля 2026 год
 Производство столовой школы № _____

2 неделя 3 день							
Завтрак							
№ реп	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.
				Белки	Жиры	Углеводы	
709	Щера 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	7,41	6,76	8,69	132,86
608	Каша гречневая рассыпч. № 302-11	150	17,47	8,60	5,44	42,21	256,57
616	Хлеб подпорованный	30	3,05	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	19,26	16,51	80,01	553,42
Обед							
№ реп	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.
				Белки	Жиры	Углеводы	
973	Салат из белокачанной капусты № 45-15	60	8,81	0,93	3,05	5,59	52,92
764	Суп картофельный с макарон. изделиями № 103-11	250	16,07	2,64	2,77	20,46	119,58
878	Гуляш свиной дозатка № 260-15 50/50	100	53,59	11,25	13,06	2,82	272,08
1081	Каша ячневая (рассыпчатая) № 302-15	160	14,12	5,12	4,64	33,66	200,43
616	Хлеб подпорованный	30	3,20	2,31	0,24	15,33	72,00
615	Хлеб бородинский	23	2,40	1,56	0,30	9,36	47,61
769	Компот из сухофруктов № 495-2021	250	8,84	0,57	0,00	24,72	97,63
	Итого	873	107,03	24,38	24,06	111,95	862,25

Зав. производством _____





АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания Советского района

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

19 февраля 2026 год

Производство столовой школы № _____

2 неделя 4 день							
Завтрак							
№ реп	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.
				Белки	Жиры	Углеводы	
708	Икра свекольная № 75-2011	50	8,21	0,77	3,37	5,38	53,04
1142	Тефтели гов. со сметанным соусом №279-15 45/45	90	49,39	8,59	8,45	12,24	157,28
715	Макаронные изделия отварные № 309-2011	140	14,50	4,89	3,99	28,95	171,43
610	Хлеб пшеничный	20	2,18	1,54	0,16	10,22	48,00
682	Чай с сахаром № 376-2011	220	2,17	0,11	0,03	10,47	40,44
	Итого	520	76,45	15,90	16,00	67,26	470,19
Обед							
№ реп	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.
				Белки	Жиры	Углеводы	
973	Салат из белокачанной капусты № 45-15	60	8,81	0,93	3,05	5,59	52,92
1113	Суп картофельный с рисом № 101-15	250	15,35	1,99	2,71	17,16	102,89
1031	Жаркое по-домашнему (св. ланетка) № 259-15 50/150	200	69,68	15,91	21,12	41,04	367,06
610	Хлеб пшеничный	40	4,27	3,08	0,32	20,44	96,00
615	Хлеб бородинский	45	4,67	3,06	0,59	18,31	93,15
684	Чай с лимоном № 377-2011	250	4,25	0,15	0,03	11,82	46,65
	Итого	845	107,03	25,13	27,82	114,36	758,67

Зав. производством _____

