



АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания Советского района

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

17 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	Углеводы	
1114	Запеканка из tvor, 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	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 йодированный	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 _____



СОГЛАСОВАНО

МБОУ
«Школа № 88»

АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания Советского района

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

18 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	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 йодированный	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							
№ рец	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	Гуляш 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 йодированный	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

Зав.
производством _____



СОГЛАСОВАНО

АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания Советского района

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

19 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	Углеводы	
689	Салат из свеклы отварной № 52-2011	60	8,10	0,81	3,65	4,72	53,91
1142	Тефтели гов, со сметанным соусом №279-15, 60/30	90	49,39	6,72	11,95	8,73	167,41
715	Макаронные изделия отварные № 309-2011	150	15,54	5,23	3,21	31,00	174,83
616	Хлеб йодированный	20	1,65	2,81	0,24	15,33	72,00
682	Чай с сахаром № 376-2011	180	1,77	0,09	0,02	8,57	33,09
	Итого	500	76,45	15,66	19,07	68,35	501,24
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	9,86	0,85	4,04	5,21	58,90
1113	Суп картофельный с рисом № 101-15	200	13,02	1,59	2,17	13,73	82,31
1031	Жаркое по-домашнему (св, лопатка) № 259-15 50/150	200	71,16	15,91	21,12	41,04	367,06
616	Хлеб йодированный	34	3,53	2,31	0,24	15,33	72,00
615	Хлеб бородинский	30	3,10	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	704	107,03	23,11	27,96	105,32	712,93

Зав.
производством _____



АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания Советского района

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

20 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	Углево-ды	
708	Икра 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 рассыпчатая № 302-11	150	13,14	6,61	3,46	36,04	205,06
616	Хлеб йодированный	30	3,17	2,31	0,24	15,33	72,00
684	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							
№ рец	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
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 йодированный	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 (обеда по 90,13)

17 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	Углеводы	
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	Углеводы	
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 _____

СОГЛАСОВАНО

АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания Советского района

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

20 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	Углево ды	
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 пшеничная 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	Углево ды	
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 _____

