



АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания Советского района

Меню комплексных завтраков и обедов I (классовые 7 до 11 лет)
25 мая 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	5,20	4,85	32,32	174,87
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	51	5,39	2,61	0,24	23,24	120,00
684	Чай с лимоном № 377-2011	250	4,25	0,16	0,03	11,82	46,65
	Итого	506	76,45	15,78	15,87	67,73	470,82
Обед							
№ рецеп	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
680	Борщ с капустой и картофелем № 82-2011	200	12,98	1,36	3,91	10,79	80,27
714	Фрикадельки из филе ЦБ со сметанным соусом № 297-2011, 60/30	90	39,99	9,40	6,14	6,47	91,12
801	Каша пшеница рассыпчатая № 302-11	150	13,14	6,60	6,69	37,99	244,24
616	Хлеб йодированный	22	2,29	2,31	1,24	15,33	75,00
615	Хлеб бородинский	20	2,06	2,04	1,39	12,21	65,37
812	Компот из яблок № 342-11	180	9,27	0,14	0,14	12,51	50,31
600	Яблоки (порциями)	100	19,20	0,40	0,40	9,80	45,00
	Итого	897	107,03	23,06	23,56	109,82	705,22

Зав.
производством





АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания Советского района

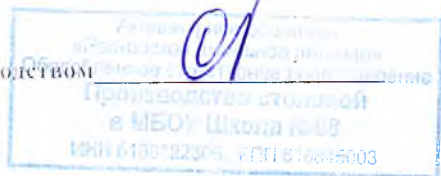
Меню комплексных завтраков и обедов 1-4 классов (с 7 до 11 лет)

26 мая 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	
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							
№ рецеп	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





АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания Советского района

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

25 мая 2026 год

Производство столовой школы № _____

2 неделя 1 день							
Завтрак							
№ рец	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	6,99	7,75	48,79	291,44
862	Яйца вареные № 209-15	40,00	21,60	5,08	4,60	0,28	62,80
782	Масло (порциями) № 14-11	5,00	8,64	0,05	3,63	0,07	33,10
737	Сыр (порциями) № 15-2011	10,00	15,13	2,68	2,52	0,00	33,40
616	Хлеб йодированный	45,00	4,78	2,77	0,34	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	17,73	18,87	79,36	552,34
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	16,22	1,70	4,89	13,48	100,34
711	Фрикадельки из филе ЦБ со сметанным соусом № 297-2011. 70/30	100	50,84	12,12	12,09	15,85	208,12
801	Каша пшеничная рассыпчатая № 302-11	180	15,76	7,92	6,17	45,59	273,93
616	Хлеб йодированный	30	3,06	2,77	0,34	18,40	85,95
684	Чай с лимоном № 377-2011	250	4,25	0,16	0,03	11,82	46,65
	Итого	810	90,13	24,67	23,52	105,14	714,99

Зав. производством _____



АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания Советского района

Меню комплексных завтраков и обедов 5-14 классов (обеды по 90,13)

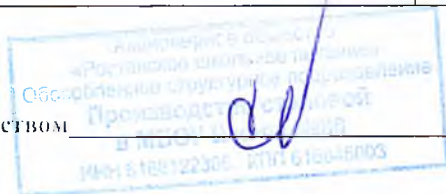
26 мая 2026 год

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	
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							
№ рецеп	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 _____





АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания Советского района

Меню комплексных завтраков и обедов 5-11 классов (обеды по 326,18)

25 мая 2026 год

Производство столовой школы № _____

2 недели 1 день							
Завтрак							
№ рец	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	6,99	7,75	48,79	291,44
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 подпорованный	45	4,78	2,77	0,34	18,40	84,95
684	Чай с лимоном № 377-2011	250	4,25	0,16	0,03	11,82	46,65
	Итого	600	90,13	17,73	18,87	79,36	552,34
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	100	13,50	1,35	6,08	7,87	89,85
680	Борщ с капустой и картофелем № 82-2011	250	16,22	1,70	4,89	13,48	100,34
711	Фрикадельки из филе ЦБ со сметанным соусом № 297-2011. 70/30	100	50,84	12,12	12,09	15,85	208,12
801	Каша пшениная рассыпчатая № 302-11	180	15,76	7,92	6,17	45,59	273,93
616	Хлеб подпорованный	20	1,39	2,77	0,34	18,40	84,95
812	Компот из яблок № 342-11	180	9,27	0,14	0,14	12,51	50,31
600	Яблоки (порциями)	100	19,20	0,40	0,40	9,80	45,00
	Итого	930	126,18	26,40	30,11	123,49	852,50

Зав. производством _____





АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания Советского района

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

26 мая 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 твор. с морк. с соусом молоч. № 224-2011. 150/50	200	64,22	13,03	14,71	33,35	286,87
616	Хлеб йодированный	23	2,46	2,77	0,34	18,40	94,95
684	Чай с лимоном № 377-2011	250	4,25	0,16	0,03	11,82	46,65
600	Яблоки (порциями)	100	19,20	0,40	0,40	9,80	45,00
	Итого	573	90,13	16,36	15,48	73,37	473,47
Обед							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
753	Винегрет овощной № 67-11	150	29,94	2,09	15,18	11,21	191,38
761	Суп крестьянский с крупой № 98-11	300	15,60	2,60	6,00	16,55	131,00
1015	Плов из птицы (бедро) № 291-15. 50/150	220	56,74	18,83	19,34	47,73	418,07
616	Хлеб йодированный	46	4,91	3,08	0,32	20,44	96,00
615	Хлеб бородинский	45	4,65	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	861	126,18	29,75	41,71	136,02	1031,71

Зав. производством _____