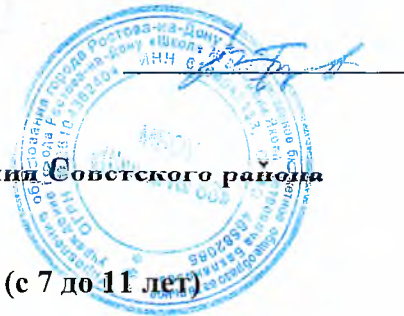


«СОГЛАСОВАНО»



АО «Ростовское школьное питание» Комбинат Питания Советского района

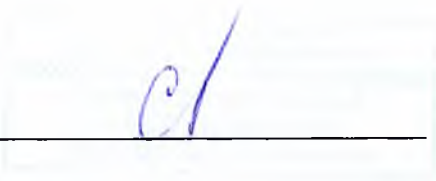
МЕНЮ
комплексных завтраков и обедов 1-4 классов (с 7 до 11 лет)

«29» 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	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	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 _____





АО «Ростовское школьное питание» Комбинат Питания Советского района

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

«30» 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	
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 126,18)

«29» 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	
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 _____

