

СОГЛАСОВАНО

АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания

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

"04" сентября 2026 год

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	Углево-ды	
776	Салат из белокачанной капусты с зеленым горошком № 45-11	150	27,31	2,52	7,64	14,25	134,25
878	Гуляш свиной лопатка № 260-15, 60/60	120	64,31	12,97	30,52	3,39	341,31
731	Каша пшеничная с маслом № 302-2011	220	21,85	9,70	6,67	52,89	315,32
616	Хлеб йодированный	46	4,87	3,54	0,37	23,51	110,40
684	Чай с лимоном № 377-2011	200	3,40	0,13	0,03	9,46	37,32
	Итого	736	121,74	28,86	45,23	103,50	938,60
Обед							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал
				Белки	Жиры	Углево-ды	
714	Салат из свежих огурцов № 20-15	100	37,12	0,76	6,94	2,47	67,24
779	Рассольник ленинградский № 96-11	250	21,20	2,10	5,11	16,72	124,11
1618	Птица, тушеная в соусе № 290-15, 80/40	120	63,96	22,78	15,81	2,41	244,06
608	Каша гречневая рассыпчатая № 302-11	200	25,02	11,47	7,96	56,29	348,58
616	Хлеб йодированный	40	4,21	3,08	0,32	20,44	96,00
615	Хлеб Бородинский	35	3,61	2,38	0,45	14,24	72,45
620	Компот из компотной смеси с/м ТТК от 03.07.20	200	15,20	0,49	0,07	12,69	53,56
	Итого	945	170,32	43,06	36,66	125,26	1006,00

Зав. производством

СОГЛАСОВАНО

АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания

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

"04" сентября 2026 год

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	Углевод ы	
776	Салат из белокачанной капусты с зеленым горошком № 45-11	100	18,21	1,68	5,09	9,50	89,50
878	Гуляш свиной лопатка № 260-15, 55/55	110	58,95	11,89	27,98	3,10	312,87
731	Каша пшеничная с маслом № 302-2011	180	17,88	7,93	5,46	43,28	257,99
616	Хлеб йодированный	39	4,16	3,00	0,31	19,93	93,60
684	Чай с лимоном № 377-2011	200	3,40	0,13	0,03	9,46	37,32
	Итого	629	102,60	24,63	38,87	85,27	791,28
Обед							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал
				Белки	Жиры	Углевод ы	
714	Салат из свежих огурцов № 20-15	100	37,12	0,76	6,94	2,47	67,24
779	Рассольник ленинградский № 96-11	200	16,96	1,68	4,09	13,38	99,29
1549	Птица, тушеная в соусе № 290-15, 50/50	100	45,74	15,16	11,70	3,01	178,24
608	Каша гречневая рассыпчатая № 302-11	170	21,27	9,75	6,77	47,85	296,29
616	Хлеб йодированный	40	4,27	3,08	0,32	20,44	96,00
615	Хлеб Бородинский	29	2,97	1,97	0,38	11,80	60,03
620	Компот из компотной смеси с/м ТТК от 03.07.20	200	15,20	0,49	0,07	12,69	53,56
	Итого	839	143,53	32,89	30,27	111,64	850,65

Зав. производством