



АО «Ростовское школьное питание» Комбинат Питания

МЕНЮ
комплексных завтраков и обедов 1-4 классов + ОВЗ

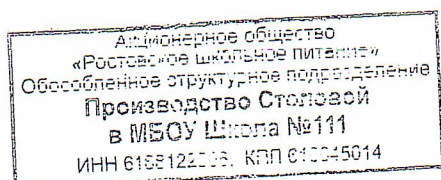
«10» октября 2025 г.

Производство столовой школы № 111

2 неделя 5 день							
Завтрак							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
973	Салат из белокачанной капусты № 45-15	80	10,29	1,24	4,07	7,45	70,56
1129	Птица в соусе с томатом (филе) №367-2021	90	46,91	9,13	7,8	2,13	115,72
801	Каша пшенная рассыпчатая № 302-11	150	13,48	6,61	5,69	38	233,24
616	Хлеб йодированный	32	2,9	2,46	0,26	16,35	76,8
684	Чай с лимоном № 377-2011	200	2,87	0,13	0,03	9,46	37,32
	Итого	552	76,45	19,57	17,85	73,39	533,64
Обед							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
714	Салат из свежих огурцов № 20-15	60	12,22	0,46	4,17	1,48	40,34
754	Суп картоф, с бобовыми № 102-11	250	11,5	5,08	5,33	19,45	147,83
1137	Рыба (филе минтая) тушеная с овощами № 229-2011	100	39,26	10,24	8,2	4,97	92,37
1087	Пюре картофельное № 312-15	160	28,04	3,37	7,93	25,02	194,9
616	Хлеб йодированный	45	4,04	3,46	0,36	22,99	108
615	Хлеб Бородинский	31	2,75	2,11	0,4	12,62	64,17
812	Компот из яблок № 342-11	220	9,22	0,18	0,18	15,29	61,49
	Итого	866	107,03	24,9	26,57	101,82	709,1

Зав. производством

Григорьев А.Н.





АО «Ростовское школьное питание» Комбинат Питания

МЕНЮ
комплексных завтраков и обедов 5-11 классов малообеспеченные

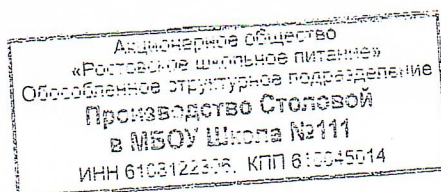
«10» октября 2025 г.

Производство столовой школы № 111

2 неделя 5 день							
Завтрак							
№ реп	Наименование блюда	Вес порции , г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг, ценность , ккал,
				Белки	Жиры	Углевод ы	
973	Салат из белокачанной капусты № 45-15	80	10,29	1,24	4,07	7,45	70,56
725	Птица в соусе с томатом №367-2021	100	57,22	10,98	12,23	2,36	163,1
801	Каша пшенная рассыпчатая № 302-11	180	16,18	7,93	6,83	45,6	279,89
616	Хлеб йодированный	40	3,57	3,08	0,32	20,44	96
684	Чай с лимоном № 377-2011	200	2,87	0,13	0,03	9,46	37,32
	Итого	600	90,13	23,36	23,48	85,31	646,87
Обед							
№ реп	Наименование блюда	Вес порции , г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг, ценность , ккал,
				Белки	Жиры	Углевод ы	
754	Суп картоф, с бобовыми № 102-11	200	9,2	4,06	4,26	15,56	118,26
1137	Рыба (филе минтая) тушеная с овощами № 229-2011	100	39,26	9,24	5,2	4,97	92,37
1087	Пюре картофельное № 312-15	160	28,04	3,37	5	21,02	144,9
616	Хлеб йодированный	43	3,83	3,31	0,34	21,97	103,2
759	Напиток из плодов шиповника № 388-11	250	9,8	0,43	0,35	23,81	112,46
	Итого	753	90,13	20,41	15,15	87,33	571,19

Зав. производством

И. П. Галкина





АО «Ростовское школьное питание» Комбинат Питания

МЕНЮ
комплексных завтраков и обедов 5-11 классов + ОВЗ

«10» октября 2025 г.

Производство столовой школы № 111

2 неделя 5 день							
Завтрак							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
973	Салат из белокачанной капусты № 45-15	80	10,29	1,24	4,07	7,45	70,56
725	Птица в соусе с томатом №367-2021	100	57,22	10,98	12,23	2,36	163,1
801	Каша пшенная рассыпчатая № 302-11	180	16,18	7,93	6,83	45,6	279,89
616	Хлеб йодированный	40	3,57	3,08	0,32	20,44	96
684	Чай с лимоном № 377-2011	200	2,87	0,13	0,03	9,46	37,32
	Итого	600	90,13	23,36	23,48	85,31	646,87
Обед							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
714	Салат из свежих огурцов № 20-15	100	20,37	0,76	6,94	2,47	67,24
754	Суп картоф, с бобовыми № 102-11	250	11,5	5,08	5,33	19,45	147,83
1137	Рыба (филе минтая) тушеная с овощами № 229-2011	120	47,11	11,08	6,24	5,97	110,85
1087	Пюре картофельное № 312-15	180	31,54	3,79	5,62	23,65	163,01
616	Хлеб йодированный	41	3,68	3,16	0,33	20,95	98,4
615	Хлеб Бородинский	30	2,69	2,04	0,39	12,21	62,1
812	Компот из яблок № 342-11	220	9,29	0,18	0,18	15,29	61,49
	Итого	941	126,18	26,09	25,03	99,99	710,92

Зав. производством

Григорьев И.И.

