

«СОГЛАСОВАНО»
МБОУ «Школа № 111»
Д.Т. Виноградова

АО «Ростовское школьное питание» Комбинат Питания

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

«13» января 2026 г.

Производство столовой школы № 111

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	60	9,51	0,92	4,04	6,46	63,65
1098	Плов из птицы (филе) № 291-15 45/135	180	60,42	14,45	11,75	35,78	302,36
616	Хлеб йодированный	29	2,6	2,23	0,23	14,82	69,6
684	Чай с лимоном № 377-2011	250	3,92	0,16	0,03	11,82	46,65
	Итого	519	76,45	17,76	16,05	68,88	482,26
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	11,17	0,84	6,07	16,48	76,55
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	160	33,47	3,37	5	21,02	144,9
616	Хлеб йодированный	34	3,03	2,62	0,27	17,37	81,6
615	Хлеб бородинский	20	1,8	1,36	0,26	8,14	41,4
759	Напиток из плодов шиповника № 388-11	180	7,44	0,31	0,25	17,15	80,97
	Итого	744	107,03	23,92	25,15	111	714,22

Зав. производством Г.Т. Милинцев А.А.

АО «Ростовское школьное питание» Комбинат Питания

МЕНЮ

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

«13» января 2026 г.

Производство столовой школы № 111

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

А.А. Телинцев