

СОГЛАСОВАНО

В.И. Деляшенко
О.П. Гончарова

АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания

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

"18" 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	60	10,87	1,01	3,06	5,70	53,70
878	Гуляш свиной лопатка № 260-15, 55/55	110	64,88	11,89	27,98	3,10	312,87
731	Каша пшеничная с маслом № 302-2011	180	18,67	7,93	5,46	43,28	257,99
616	Хлеб йодированный	41	4,30	3,16	0,33	20,95	98,40
684	Чай с лимоном № 377-2011	200	3,88	0,13	0,03	9,46	37,32
	Итого	591	102,60	24,12	36,86	82,49	760,28
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	25,88	0,76	6,94	2,47	67,24
779	Рассольник ленинградский № 96-11	200	17,02	1,68	4,09	13,38	99,29
1549	Птица, тушеная в соусе № 290-15, 50/50	100	51,91	15,16	11,70	3,01	178,24
608	Каша гречневая рассыпчатая № 302-11	160	24,16	9,18	6,37	45,04	278,86
616	Хлеб йодированный	45	4,81	3,46	0,36	22,99	108,00
615	Хлеб Бородинский	30	3,16	2,04	0,39	12,21	62,10
620	Компот из компотной смеси с/м ТТК от 03.07.20	200	16,59	0,49	0,07	12,69	53,56
	Итого	835	143,53	32,77	29,92	111,79	847,29

Зав. производством

СОГЛАСОВАНО

АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания

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

"18" сентября 2026 год

Производство столовой №

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	110	19,92	1,85	5,60	10,45	98,45
878	Гуляш свиной лопатка № 260-15, 60/60	120	70,77	12,97	30,52	3,39	341,31
731	Каша пшеничная с маслом № 302-2011	220	22,82	9,70	6,67	52,89	315,32
616	Хлеб йодированный	41	4,35	3,16	0,33	20,95	98,40
684	Чай с лимоном № 377-2011	200	3,88	0,13	0,03	9,46	37,32
	Итого	691	121,74	27,81	43,15	97,14	890,80
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	120	31,06	0,91	8,33	2,96	80,69
779	Рассольник ленинградский № 96-11	250	21,27	2,10	5,11	16,72	124,11
1618	Птица, тушеная в соусе № 290-15, 60/50	110	58,46	17,35	13,00	3,01	198,90
608	Каша гречневая рассыпчатая № 302-11	230	34,74	13,19	9,15	64,74	400,87
616	Хлеб йодированный	40	4,25	3,08	0,32	20,44	96,00
615	Хлеб Бородинский	37	3,95	2,52	0,48	15,06	76,59
620	Компот из компотной смеси с/м ТТК от 03.07.20	200	16,59	0,49	0,07	12,69	53,56
	Итого	987	170,32	39,64	36,46	135,62	1030,72

Зав. производством