

«СОГЛАСОВАНО»  
Директор МБОУ  
№ 186  
И. М. Калочанова

АО «Ростовское школьное питание» Комбинат Питания \_\_\_\_\_

**МЕНЮ**  
комплексных завтраков и обедов 1-4 классов + ОБЗ

«7» февраля 2025 г.

Производство столовой школы № \_\_\_\_\_

Завтрак							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
801	Каша пшенная рассыпчатая № 302-11	160	15,12	7,05	6,07	40,54	248,79
616	Хлеб йодированный	35	3,19	2,69	0,28	17,89	84
684	Чай с лимоном № 377-2011	200	2,95	0,13	0,03	9,46	37,32
1129	Птица в соусе с томатом (филе) №367-2021	90	47,78	9,13	7,8	2,13	115,52
689	Салат из свеклы отварной № 52-2011	60	7,41	0,81	3,65	4,72	53,91
	Итого	<b>545</b>	<b>76,45</b>	<b>19,81</b>	<b>17,83</b>	<b>74,74</b>	<b>539,54</b>
Обед							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
754	Суп картофель, с бобовыми № 102-11	200	10,89	4,06	4,26	15,56	118,26
703	Рыба, тушеная в томате с овощами № 229-2011	100	36,03	8,73	4,73	4,97	92,54
1087	Пюре картофельное № 312-15	150	31,39	3,16	4,69	19,71	155,84
615	Хлеб Бородинский	26	2,35	1,77	0,34	10,58	53,82
616	Хлеб йодированный	45	4,04	3,46	0,36	22,99	108
759	Напиток из плодов шиповника № 388-11	200	7,89	0,34	0,28	19,05	89,96
836	Винегрет овощной с зел, горошком № 67-15	70	14,44	1,1	7,09	5,55	90,99
	Итого	<b>791</b>	<b>107,03</b>	<b>22,62</b>	<b>21,75</b>	<b>98,41</b>	<b>709,41</b>

Зав. производством \_\_\_\_\_

«СОГЛАСОВАНО»  
Директор ИБС  
№ 186  
М.И. Калинин

АО «Ростовское школьное питание» Комбинат Питания \_\_\_\_\_

**МЕНЮ**  
**комплексных завтраков и обедов 5-11 классов малообеспеченные**

**«7» февраля 2025 г.**

**Производство столовой школы № \_\_\_\_\_**

Завтрак							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
689	Салат из свеклы отварной № 52-2011	70	8,64	0,95	4,26	5,51	62,9
801	Каша пшеничная рассыпчатая № 302-11	180	17,01	7,93	6,83	45,6	279,89
616	Хлеб йодированный	37	3,35	2,85	0,3	18,91	88,8
684	Чай с лимоном № 377-2011	200	2,95	0,13	0,03	9,46	37,32
725	Птица в соусе с томатом №367-2021	100	58,18	10,98	12,23	2,36	163,1
	Итого	<b>587</b>	<b>90,13</b>	<b>22,84</b>	<b>23,65</b>	<b>81,84</b>	<b>632,01</b>
Обед							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
754	Суп картоф, с бобовыми № 102-11	200	10,89	4,06	4,26	15,56	118,26
703	Рыба, тушеная в томате с овощами № 229-2011	100	36,03	8,73	4,73	4,97	92,54
1087	Пюре картофельное № 312-15	150	31,39	3,16	4,69	19,71	135,84
616	Хлеб йодированный	48	4,32	3,7	0,38	24,53	115,2
759	Напиток из плодов шиповника № 388-11	190	7,5	0,32	0,27	18,1	85,47
	Итого	<b>688</b>	<b>90,13</b>	<b>19,97</b>	<b>14,33</b>	<b>82,87</b>	<b>547,31</b>

Зав. производством \_\_\_\_\_



«СОГЛАСОВАНО»  
 \_\_\_\_\_  
 «\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2025 г.  
 \_\_\_\_\_

АО «Ростовское школьное питание» Комбинат Питания \_\_\_\_\_

**МЕНЮ**  
**комплексных завтраков и обедов 5-11 классов + ОВЗ**

«7» февраля 2025 г.

Производство столовой школы № \_\_\_\_\_

**Завтрак**

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
689	Салат из свеклы отварной № 52-2011	70	8,64	0,95	4,26	5,51	62,9
801	Каша пшеничная рассыпчатая № 302-11	180	17,01	7,93	6,83	45,6	279,89
616	Хлеб йодированный	37	3,35	2,85	0,3	18,91	88,8
684	Чай с лимоном № 377-2011	200	2,95	0,13	0,03	9,46	37,32
725	Птица в соусе с томатом №367-2021	100	58,18	10,98	12,23	2,36	163,1
	<b>Итого</b>	<b>587</b>	<b>90,13</b>	<b>22,84</b>	<b>23,65</b>	<b>81,84</b>	<b>632,01</b>

**Обед**

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
754	Суп картоф, с бобовыми № 102-11	250	13,61	5,08	5,33	19,45	147,83
703	Рыба, тушеная в томате с овощами № 229-2011	120	43,23	10,48	5,67	5,97	111,05
1087	Пюре картофельное № 312-15	180	37,67	3,79	5,62	23,65	163,01
616	Хлеб йодированный	45	4,04	3,46	0,36	22,99	108
759	Напиток из плодов шиповника № 388-11	190	7,5	0,32	0,27	18,1	85,47
760	Салат из соленых огурцов с луком № 21-11	85	20,13	0,84	4,3	3,7	57,74
	<b>Итого</b>	<b>870</b>	<b>126,18</b>	<b>23,97</b>	<b>21,55</b>	<b>93,86</b>	<b>673,1</b>

Зав. производством \_\_\_\_\_

