«СОГЛАСОВАНО»
Директор МБОУ
«Школа №86»
Т.М. Калинченко

МУП по ОШСП г. Ростова-на-Дону Комбинат Питания Советского района
МЕНЮ
комплексных завтраков и обедов 5-11 классов + ОВЗ

«12» сентября 2023 г,

Производство столовой школы №___

Завтрак							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг, ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
684	Чай с лимоном № 377-2011	190	3,22	0,12	0,03	8,99	35,45
600	Яблоки (порциями)	100	13,75	0,4	0,4	9,8	45
785	Омлет натуральный № 210-11	160	50,63	16,08	17,84	3,06	235,81
616	Хлеб йодированный	40	2,89	3,08	0,32	20,44	96
723	Печенье овсяное Сладкая Слобода	23	6,35	1,56	4,26	15,3	104,88
784	Зеленый горошек (порциями) 2011	30	13,29	0,93	0,06	1,95	12
	Итого	**543**	**90,13**	**22,17**	**22,91**	**59,54**	**529,14**

Обед							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг, ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
609	Суп картофельный № 97-11	250	14,19	2,37	2,81	19,69	115,99
594	Рис отварной № 304-2011	180	20,12	4,44	6,51	43,09	233,25
703	Рыба, тушеная в томате с овощами № 229-2011	150	49,27	13,48	7,11	7,27	139,87
616	Хлеб йодированный	49	3,52	3,77	0,39	25,04	117,6
766	Кисель из плодов и ягод № 350-11	200	14,51	0,14	0,05	18,94	77,42
714	С-т из свежих огурцов № 20-15	65	10,82	0,49	4,51	1,61	43,71
600	Яблоки (порциями)	100	13,75	0,4	0,4	9,8	45
	Итого	**994**	**126,18**	**25,09**	**21,78**	**125,44**	**772,84**

Зав, производством _____

«СОГЛАСОВАНО»
Директор МБОУ
„Школа №86"
М.М. Кашинская

МУП по ОШСП г. Ростова-на-Дону Комбинат Питания Советского района

МЕНЮ
комплексных завтраков и обедов 1-4 классов + ОВЗ

«12» сентября 2023г.

Производство столовой школы №___

Завтрак							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг, ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
684	Чай с лимоном № 377-2011	200	3,39	0,13	0,03	14,46	37,32
600	Яблоки (порциями)	120	16,5	0,48	0,48	11,76	54
785	Омлет натуральный № 210-11	150	47,47	14,08	14,73	2,87	221,07
616	Хлеб йодированный	38	2,74	2,93	0,3	19,42	91,2
723	Печенье овсяное Сладкая Слобода	23	6,35	1,56	4,26	15,3	104,88
	Итого	**531**	**76,45**	**19,18**	**19,8**	**63,81**	**508,47**

Обед							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг, ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
609	Суп картофельный № 97-11	200	11,35	1,9	2,25	15,76	92,79
594	Рис отварной № 304-2011	150	16,77	3,7	5,43	35,91	194,37
703	Рыба, тушеная в томате с овощами № 229-2011	150	49,27	13,48	10,11	7,27	146,87
616	Хлеб йодированный	48	3,47	3,7	0,38	24,53	115,2
766	Кисель из плодов и ягод № 350-11	200	14,51	0,14	0,05	18,94	77,42
714	С-т из свежих огурцов № 20-15	70	11,66	0,53	4,86	1,73	47,07
	Итого	**818**	**107,03**	**23,45**	**23,08**	**104,14**	**673,72**

Зав. производством _____