



МУП по ОШСП г. Ростова-на-Дону Комбинат Питания _____

МЕНЮ
комплексных завтраков и обедов 5-11 классов + ОВЗ

«10» октября 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	200	3,1	0,13	0,03	9,46	37,32
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	42	3,01	3,23	0,34	21,46	100,8
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	555	90,13	22,33	22,93	61,03	535,81
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	47	3,38	3,62	0,38	24,02	112,8
766	Кисель из плодов и ягод № 350-11	180	14,65	0,13	0,04	17,04	69,67
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	972	126,18	24,93	21,76	122,52	760,29

Зав. производством _____



«СОГЛАСОВАНО»

Handwritten signature and date: 18.10.2023

МУП по ОШСП г. Ростова-на-Дону Комбинат Питания _____

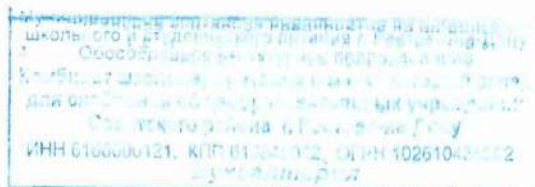
МЕНЮ
комплексных завтраков и обедов 5-11 классов малообеспеченные

«10» октября 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	200	3,1	0,13	0,03	9,46	37,32
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	42	3,01	3,23	0,34	21,46	100,8
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	555	90,13	22,33	22,93	61,03	535,81
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	140	45,98	12,58	6,63	6,79	130,55
616	Хлеб йодированный	42	3	3,23	0,34	21,46	100,8
769	Компот из сухофруктов № 495-2021	180	6,43	0,41	0	17,8	70,29
973	Салат из белокачанной капусты № 45-15	60	6,6	0,93	3,05	5,59	52,92
	Итого	772	90,13	22,75	17,7	103,31	641,72

Зав. производством _____



МУП по ОШСП г. Ростова-на-Дону Комбинат Питания _____

МЕНЮ
комплексных завтраков и обедов 1-4 классов + ОВЗ

«10» октября 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	200	3,1	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	42	3,03	3,23	0,34	21,46	100,8
723	Печенье овсяное Сладкая Слобода	23	6,35	1,56	4,26	15,3	104,88
	Итого	535	76,45	19,48	19,84	65,85	518,07
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	46	3,33	3,54	0,37	23,51	110,4
766	Кисель из плодов и ягод № 350-11	180	14,65	0,13	0,04	17,04	69,67
714	С-т из свежих огурцов № 20-15	70	11,66	0,53	4,86	1,73	47,07
	Итого	796	107,03	23,28	23,06	101,22	661,17

Зав. производством _____