

«СОГЛАСОВАНО»  
*И. Д. [подпись]*  
*М. В. [подпись]*  
*О. А. [подпись]*

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

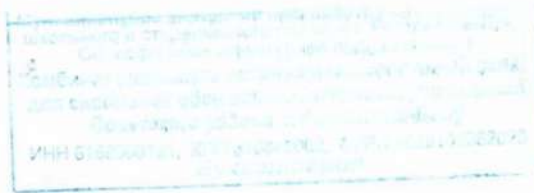
**МЕНЮ**  
**комплексных завтраков и обедов 5-11 классов малообеспеченные**

«17» 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	
1079	Запеканка рисовая с творогом и соусом молочным сл, № 282-21	200	58,33	11,39	12,68	48,1	352,56
210	Чай с сахаром № 376-2011	210	2,2	0,1	0,03	10	38,61
616	Хлеб йодированный	48	3,47	3,7	0,38	24,53	115,2
600	Яблоки (порциями)	190	26,13	0,76	0,76	18,62	85,5
	Итого	648	90,13	15,95	13,85	101,25	591,87
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	8,69	4,06	4,26	15,56	118,26
711	Фрикадельки из филе ЦБ со сметанным соусом № 297-2011	110	54,37	13,78	2,55	8,2	108,08
594	Рис отварной № 304-2011	150	16,77	3,7	5,43	35,91	194,37
616	Хлеб йодированный	49	3,51	3,77	0,39	25,04	117,6
769	Компот из сухофруктов № 495-2021	190	6,79	0,44	0	18,79	74,19
	Итого	699	90,13	25,75	12,63	103,5	612,5

Зав. производством \_\_\_\_\_



«СОГЛАСОВАНО»

*И. В. Директор*  
*МБОУ «Школа № 105»*  
*О. А. Металкова*

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

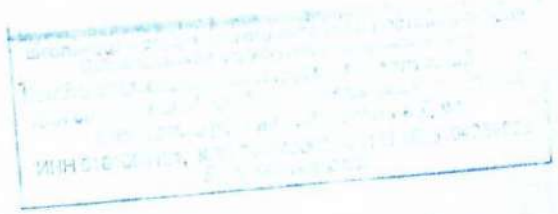
**МЕНЮ**  
**комплексных завтраков и обедов 1-4 классов + ОБЗ**

«17» 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	
1079	Запеканка рисовая с творогом и соусом молочным сл, № 282-21	195	56,88	12,11	15,37	46,9	343,75
682	Чай с сахаром № 376-2011	210	2,2	0,1	0,03	10	38,61
616	Хлеб йодированный	31	2,24	2,39	0,25	15,84	74,4
600	Яблоки (порциями)	110	15,13	0,44	0,44	10,78	49,5
	<b>Итого</b>	<b>546</b>	<b>76,45</b>	<b>15,04</b>	<b>16,09</b>	<b>83,52</b>	<b>506,26</b>
Обед							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
1054	Салат из свежих помидоров и огурцов № 24-15	60	11,32	0,59	3,86	2,3	44,88
598	Мармелад Клубн, со сл, (на порцию)	18	5,85	0	0	13,95	52,56
616	Хлеб йодированный	50	3,6	3,85	0,4	25,55	120
754	Суп картофель, с бобовыми № 102-11	200	8,69	4,06	6,26	15,56	118,26
711	Фрикадельки из филе ЦБ со сметанным соусом № 297-2011	110	54,37	13,78	7,55	8,2	108,08
769	Компот из сухофруктов № 495-2021	180	6,43	0,41	0	17,8	70,29
594	Рис отварной № 304-2011	150	16,77	3,7	5,43	35,91	194,37
	<b>Итого</b>	<b>768</b>	<b>107,03</b>	<b>26,39</b>	<b>23,5</b>	<b>119,27</b>	<b>708,44</b>

Зав. производством \_\_\_\_\_



«СОГЛАСОВАНО»  
*В. С. Думкина*  
*М. В. Клемина*  
*О. Я. Момилова*

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

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

«17» 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	
1079	Запеканка рисовая с творогом и соусом молочным сл, № 282-21	200	58,33	11,39	12,68	48,1	352,56
210	Чай с сахаром № 376-2011	210	2,2	0,1	0,03	10	38,61
616	Хлеб йодированный	48	3,47	3,7	0,38	24,53	115,2
600	Яблоки (порциями)	190	26,13	0,76	0,76	18,62	85,5
	<b>Итого</b>	<b>648</b>	<b>90,13</b>	<b>15,95</b>	<b>13,85</b>	<b>101,25</b>	<b>591,87</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	250	10,86	5,08	5,33	19,45	147,83
711	Фрикадельки из филе ЦБ со сметанным соусом № 297-2011	110	54,37	13,78	2,55	8,2	108,08
594	Рис отварной № 304-2011	180	20,12	4,44	6,51	43,09	233,25
615	Хлеб Бородинский	26	1,85	1,77	0,34	10,58	53,82
1054	Салат из свежих помидоров и огурцов № 24-15	100	18,87	0,98	6,44	3,83	74,8
598	Мармелад Клубн, со сл, (на порцию)	18	5,85	0	0	13,95	52,56
616	Хлеб йодированный	43	3,07	3,31	0,34	21,97	103,2
942	Компот из вишни замороженной № 491-21	180	11,19	0,14	0,04	10,89	43,47
	<b>Итого</b>	<b>907</b>	<b>126,18</b>	<b>29,5</b>	<b>21,55</b>	<b>131,96</b>	<b>817,01</b>

Зав. производством \_\_\_\_\_