

«СОГЛАСОВАНО»
Смирнов М.В.
Школа №86
И.И. Давыдов

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

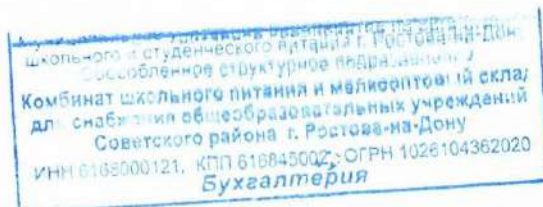
МЕНЮ
комплексных завтраков и обедов 5-11 классов + ОБЗ

«21» ноября 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	15,02	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	140	45,98	12,58	6,63	6,79	130,55
616	Хлеб йодированный	46	3,31	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
600	Яблоки (порциями)	100	13,75	0,4	0,4	9,8	45
701	Салат из квашеной капусты № 47-2011	80	13,35	1,28	4	6,15	66,71
	Итого	976	126,18	24,74	20,76	126,07	771,57

Зав. производством _____



«СОГЛАСОВАНО»
Супермаркет №186
И. И. Владимиров

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

МЕНЮ

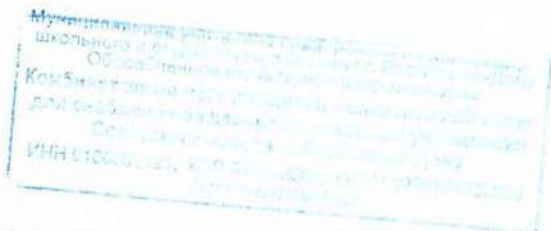
комплексных завтраков и обедов 5-11 классов малообеспеченные

«21» ноября 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	12,01	1,9	2,25	15,76	92,79
594	Рис отварной № 304-2011	170	19,01	4,19	6,15	40,7	220,29
703	Рыба, тушеная в томате с овощами № 229-2011	130	42,7	11,68	6,16	6,3	121,22
616	Хлеб йодированный	42	3,02	3,23	0,34	21,46	100,8
769	Компот из сухофруктов № 495-2021	190	6,79	0,44	0	18,79	74,19
973	Салат из белокачанной капусты № 45-15	60	6,6	0,93	3,05	5,59	52,92
	Итого	792	90,13	22,37	17,95	108,6	662,21

Зав. производством _____



«СОГЛАСОВАНО»
Васильев И.В.

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

МЕНЮ
комплексных завтраков и обедов 1-4 классов + ОВЗ

«21» ноября 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)	120	16,5	0,4	0,4	13,76	54
785	Омлет натуральный № 210-11	150	47,47	15,08	15,7	2,87	221,07
616	Хлеб йодированный	42	3,03	3,03	0,34	22,46	100,8
723	Печенье овсяное Сладкая Слобода	23	6,35	1,56	4,26	15,3	104,88
	Итого	535	76,45	20,2	20,73	63,85	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	12,01	1,9	4,25	15,76	92,79
594	Рис отварной № 304-2011	150	16,77	3,7	5,83	35,91	194,37
703	Рыба, тушеная в томате с овощами № 229-2011	140	45,98	12,58	8,63	6,79	130,55
616	Хлеб йодированный	45	3,24	3,46	0,36	22,99	108
766	Кисель из плодов и ягод № 350-11	200	16,28	0,14	0,05	18,94	77,42
701	Салат из квашеной капусты № 47-2011	60	10,01	0,96	3	4,61	50,03
615	Хлеб Бородинский	38	2,74	2,58	0,49	15,47	78,66
	Итого	833	107,03	25,32	22,61	120,47	731,82

Зав. производством _____