



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

МЕНЮ
комплексных завтраков и обедов 5-11 классов малообеспеченные

«19» декабря 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 _____

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



МЕНЮ

комплексных завтраков и обедов 5-11 классов + ОВЗ

«19» декабря 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 _____

Муниципальное учреждение «Комбинат школьного и студенческого питания г. Ростова-на-Дону»
 Сбалансированное структурное подразделение
 Комбинат школьного питания и малокроптовый склад
 для снабжения общеобразовательных учреждений
 Советского района г. Ростова-на-Дону
 ИНН 6108000121, КПП 610845002, ОГРН 1026104382020
 Бухгалтерия

«СОГЛАСОВАНО»
В. М. Калмыков
 «19» декабря 2023 г.
М. М. Калмыков

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

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

«19» декабря 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 _____

Калмыков