

«СОГЛАСОВАНО»

и. о. директора  
МБОУ «Школа № 186»  
О.А. Местанова

АО «Ростовское школьное питание» Комбинат Питания \_\_\_\_\_

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

«2» апреля 2024 г.

Производство столовой школы № \_\_\_\_\_

**Завтрак**

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
682	Чай с сахаром № 376-2011	200	2,02	0,4	0,1	22,54	88,11
616	Хлеб йодированный	46	3,32	3,54	0,37	23,51	110,4
600	Яблоки (порциями)	110	15,13	0,44	0,44	10,78	49,5
1114	Запеканка из твор, с морк, с соусом молоч, № 224-2011	150	55,98	11,48	9,34	28,59	241,53
	Итого	<b>506</b>	<b>76,45</b>	<b>15,86</b>	<b>10,25</b>	<b>85,42</b>	<b>489,54</b>

**Обед**

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
615	Хлеб Бородинский	25	1,8	1,7	0,32	10,17	51,75
616	Хлеб йодированный	46	3,31	3,54	0,37	23,51	110,4
836	Винегрет овощной с зел, горошком № 67-15	60	10,89	0,94	6,08	4,76	77,99
769	Компот из сухофруктов № 495-2021	190	6,72	0,44	0	18,79	74,19
761	Суп крестьянский с крупой № 98-11	200	8,23	1,74	4	11,04	87,34
600	Яблоки (порциями)	100	13,75	0,4	0,4	9,8	45
1106	Плов из птицы (окорочек БК) 50/150 № 291-15	200	62,33	17,12	17,58	39,75	380,06
	Итого	<b>821</b>	<b>107,03</b>	<b>25,88</b>	<b>28,75</b>	<b>117,82</b>	<b>826,73</b>

Зав. производством \_\_\_\_\_

«СОГЛАСОВАНО»

*И. О. директора  
МБОУ «Школа № 186»  
О. А. Мещерякова*

АО «Ростовское школьное питание» Комбинат Питания \_\_\_\_\_

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

**«2» апреля 2024 г.**

**Производство столовой школы № \_\_\_\_\_**

Завтрак							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
682	Чай с сахаром № 376-2011	200	2,02	0,1	0,02	9,52	36,77
616	Хлеб йодированный	43	3,05	3,31	0,34	21,97	103,2
600	Яблоки (порциями)	130	17,88	0,52	0,52	12,74	58,5
1114	Запеканка из твор, с морк, с соусом молоч, № 224-2011	180	67,18	13,77	11,21	34,31	289,83
	Итого	<b>553</b>	<b>90,13</b>	<b>17,7</b>	<b>12,09</b>	<b>78,54</b>	<b>488,3</b>
Обед							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
615	Хлеб Бородинский	32	2,32	2,18	0,42	13,02	66,24
836	Винегрет овощной с зел, горошком № 67-15	60	10,89	0,94	6,08	4,76	77,99
769	Компот из сухофруктов № 495-2021	180	6,36	0,41	0	17,8	70,29
761	Суп крестьянский с крупой № 98-11	200	8,23	1,74	4	11,04	87,34
1106	Плов из птицы (окорочек БК) 50/150 № 291-15	200	62,33	17,12	17,58	39,75	380,06
	Итого	<b>672</b>	<b>90,13</b>	<b>22,39</b>	<b>28,08</b>	<b>86,37</b>	<b>681,92</b>

**Зав. производством \_\_\_\_\_**

«СОГЛАСОВАНО»

*И. С. Давыдова*  
*МБОУ Школа № 186*  
*О. А. Мещерякова*

АО «Ростовское школьное питание» Комбинат Питания \_\_\_\_\_

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

«2» апреля 2024 г.

Производство столовой школы № \_\_\_\_\_

Завтрак							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
682	Чай с сахаром № 376-2011	200	2,02	0,1	0,02	9,52	36,77
616	Хлеб йодированный	43	3,05	3,31	0,34	21,97	103,2
600	Яблоки (порциями)	130	17,88	0,52	0,52	12,74	58,5
1114	Запеканка из tvor, с морк, с соусом молоч, № 224-2011	180	67,18	13,77	11,21	34,31	289,83
	Итого	<b>553</b>	<b>90,13</b>	<b>17,7</b>	<b>12,09</b>	<b>78,54</b>	<b>488,3</b>
Обед							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
615	Хлеб Бородинский	29	2,09	1,97	0,38	11,8	60,03
616	Хлеб йодированный	45	3,22	3,46	0,36	22,99	108
836	Винегрет овощной с зел, горошком № 67-15	100	18,15	1,57	10,13	7,93	129,99
769	Компот из сухофруктов № 495-2021	190	6,72	0,44	0	18,79	74,19
761	Суп крестьянский с крупой № 98-11	250	10,29	2,17	5	13,8	109,17
600	Яблоки (порциями)	170	23,38	0,68	0,68	16,66	76,5
1106	Плов из птицы (окорочек БК) 50/150 № 291-15	200	62,33	17,12	17,58	39,75	380,06
	Итого	<b>984</b>	<b>126,18</b>	<b>27,41</b>	<b>34,13</b>	<b>131,72</b>	<b>937,94</b>

Зав. производством \_\_\_\_\_