

«СОГЛАСОВАНО»

*и.о. директора  
А.В. Шкода 186  
О.А. Шестак*

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

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

«1» 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	
616	Хлеб йодированный	52	3,75	4	0,42	26,57	124,8
862	Яйца вареные № 209-15	40	21,97	5,08	4,6	0,28	62,8
684	Чай с лимоном № 377-2011	214	3,51	0,14	0,03	10,12	39,93
1089	Каша вязкая молочная "Дружба" №175-2011	240	35,16	6,77	11,36	46,91	315,53
737	Сыр (порциями) № 15-2011	10	13,86	2,68	2,52	0	33,4
782	Масло (порциями) № 14-11	10	11,88	0,1	7,25	0,14	66,2
	Итого	<b>566</b>	<b>90,13</b>	<b>18,77</b>	<b>26,18</b>	<b>84,02</b>	<b>642,66</b>
Обед							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
760	Салат из соленых огурцов с луком № 21-11	60	14,4	0,51	3,05	1,6	36,98
680	Борщ с капустой и картофелем № 82-2011	200	10,48	1,36	3,91	10,79	80,27
711	Фрикадельки из филе ЦБ со сметанным соусом № 297-2011	90	43,2	11,27	2,08	6,71	88,43
801	Каша пшеничная рассыпчатая № 302-11	160	11,68	7,05	6,07	40,54	248,79
769	Компот из сухофруктов № 495-2021	200	7,07	0,46	0	19,78	78,1
616	Хлеб йодированный	46	3,3	3,54	0,37	23,51	110,4
	Итого	<b>756</b>	<b>90,13</b>	<b>24,19</b>	<b>15,48</b>	<b>102,93</b>	<b>642,97</b>

Зав. производством \_\_\_\_\_

86

«СОГЛАСОВАНО»

*И. С. Александрова*  
*МБОУ Школа № 186*  
*О. А. Местарева*

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

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

«1» 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	
616	Хлеб йодированный	52	3,75	4	0,42	26,57	124,8
862	Яйца вареные № 209-15	40	21,97	5,08	4,6	0,28	62,8
684	Чай с лимоном № 377-2011	214	3,51	0,14	0,03	10,12	39,93
1089	Каша вязкая молочная "Дружба" №175-2011	240	35,16	6,77	11,36	46,91	315,53
737	Сыр (порциями) № 15-2011	10	13,86	2,68	2,52	0	33,4
782	Масло (порциями) № 14-11	10	11,88	0,1	7,25	0,14	66,2
	<b>Итого</b>	<b>566</b>	<b>90,13</b>	<b>18,77</b>	<b>26,18</b>	<b>84,02</b>	<b>642,66</b>
Обед							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
760	Салат из соленых огурцов с луком № 21-11	110	26,39	0,94	5,58	2,93	67,79
680	Борщ с капустой и картофелем № 82-2011	250	13,1	1,7	4,89	13,48	100,34
711	Фрикадельки из филе ЦБ со сметанным соусом № 297-2011	90	43,2	11,27	2,08	6,71	88,43
801	Каша пшенная рассыпчатая № 302-11	190	13,87	8,37	7,21	48,14	295,44
600	Яблоки (порциями)	130	17,88	0,52	0,52	12,74	58,5
615	Хлеб Бородинский	25	1,8	1,7	0,32	10,17	51,75
616	Хлеб йодированный	45	3,22	3,46	0,36	22,99	108
769	Компот из сухофруктов № 495-2021	190	6,72	0,44	0	18,79	74,19
	<b>Итого</b>	<b>1030</b>	<b>126,18</b>	<b>28,4</b>	<b>20,96</b>	<b>135,95</b>	<b>844,44</b>

Зав. производством \_\_\_\_\_



«СОГЛАСОВАНО»

*И. О. директор  
Школы №86  
В. А. Устманова*

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

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

«1» апреля 2024г.

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

Завтрак							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
616	Хлеб йодированный	47	3,36	3,62	0,38	24,02	112,8
862	Яйца вареные № 209-15	40	21,97	5,08	4,6	0,28	62,8
682	Чай с сахаром № 376-2011	200	2,02	0,1	0,02	9,52	36,77
1089	Каша вязкая молочная "Дружба" №175-2011	200	29,3	5,64	9,47	39,1	262,94
782	Масло (порциями) № 14-11	5	5,94	0,05	3,63	0,07	33,1
737	Сыр (порциями) № 15-2011	10	13,86	2,68	2,52	0	33,4
	Итого	<b>502</b>	<b>76,45</b>	<b>17,17</b>	<b>20,62</b>	<b>72,99</b>	<b>541,81</b>
Обед							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
680	Борщ с капустой и картофелем № 82-2011	200	10,48	1,36	3,91	10,79	80,27
711	Фрикадельки из филе ЦБ со сметанным соусом № 297-2011	90	43,2	11,27	2,08	6,71	88,43
801	Каша пшенная рассыпчатая № 302-11	150	10,95	6,61	5,69	38	233,24
787	Огурцы соленые (порциями) № 70-11	60	15,82	0,48	0,06	0,96	7,8
600	Яблоки (порциями)	100	13,75	0,4	0,4	9,8	45
615	Хлеб Бородинский	30	2,16	2,04	0,39	12,21	62,1
616	Хлеб йодированный	45	3,21	3,46	0,36	22,99	108
759	Напиток из плодов шиповника № 388-11	200	7,46	0,34	0,28	19,05	89,96
	Итого	<b>875</b>	<b>107,03</b>	<b>25,96</b>	<b>13,17</b>	<b>120,51</b>	<b>714,8</b>

Зав. производством \_\_\_\_\_