

«СОГЛАСОВАНО»

*Ирина МБОУ*  
*Школа № 186*  
*М. А. Камышова*

АО «Ростовское школьное питание» Комбинат Питания

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

«15» ноября 2024 г.

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

Завтрак							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.
				Белки	Жиры	Углеводы	
689	Салат из свеклы отварной № 52-2011	100	10,89	1,35	6,08	7,87	89,85
801	Каша пшеничная рассыпчатая № 302-11	180	15,17	7,93	6,83	45,6	279,89
616	Хлеб йодированный	35	2,45	2,69	0,28	17,89	84
684	Чай с лимоном № 377-2011	200	2,95	0,13	0,03	9,46	37,32
725	Птица в соусе с томатом №367-2021	100	58,67	10,98	12,23	2,36	163,1
	Итого	<b>615</b>	<b>90,13</b>	<b>23,08</b>	<b>25,45</b>	<b>83,18</b>	<b>654,16</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	11,73	5,08	5,33	19,45	147,83
703	Рыба, тушеная в томате с овощами № 229-2011	100	34,49	8,99	4,74	4,85	93,25
1087	Пюре картофельное № 312-15	190	32,46	4	5,94	24,97	172,07
616	Хлеб йодированный	55	3,93	4,24	0,44	28,1	132
759	Напиток из плодов шиповника № 388-11	200	7,52	0,34	0,28	19,05	89,96
	Итого	<b>795</b>	<b>90,13</b>	<b>22,65</b>	<b>16,73</b>	<b>96,42</b>	<b>635,11</b>

Зав. производством \_\_\_\_\_



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

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

**«15» ноября 2024 г.**

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

Завтрак							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
801	Каша пшенная рассыпчатая № 302-11	160	13,48	7,05	6,07	40,54	248,79
616	Хлеб йодированный	42	3	3,23	0,34	21,46	100,8
684	Чай с лимоном № 377-2011	200	2,95	0,13	0,03	9,46	37,32
1129	Птица в соусе с томатом (филе) №367-2021	90	48,31	9,13	7,8	2,13	115,52
689	Салат из свеклы отварной № 52-2011	80	8,71	1,08	4,87	6,29	71,88
	<b>Итого</b>	<b>572</b>	<b>76,45</b>	<b>20,62</b>	<b>19,11</b>	<b>79,88</b>	<b>574,31</b>
Обед							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
754	Суп картоф, с бобовыми № 102-11	200	9,38	4,06	4,26	15,56	118,26
703	Рыба, тушеная в томате с овощами № 229-2011	140	48,29	12,58	6,63	6,79	130,55
1087	Пюре картофельное № 312-15	150	25,63	3,16	4,69	19,71	135,84
615	Хлеб Бородинский	23	1,63	1,56	0,3	9,36	47,61
616	Хлеб йодированный	45	3,24	3,46	0,36	22,99	108
759	Напиток из плодов шиповника № 388-11	200	7,52	0,34	0,28	19,05	89,96
836	Винегрет овощной с зел, горошком № 67-15	60	11,34	0,94	6,08	4,76	77,99
	<b>Итого</b>	<b>818</b>	<b>107,03</b>	<b>26,1</b>	<b>22,6</b>	<b>98,22</b>	<b>708,21</b>

**Зав. производством \_\_\_\_\_**

«СОГЛАСОВАНО»

*Нарколог СВФУ*  
*«Медицина»*  
*М.М. Калинин*

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

**МЕНЮ**

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

**«15» ноября 2024 г.**

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

**Завтрак**

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
689	Салат из свеклы отварной № 52-2011	100	10,89	1,35	6,08	7,87	89,85
801	Каша пшеничная рассыпчатая № 302-11	180	15,17	7,93	6,83	45,6	279,89
616	Хлеб йодированный	35	2,45	2,69	0,28	17,89	84
684	Чай с лимоном № 377-2011	200	2,95	0,13	0,03	9,46	37,32
725	Птица в соусе с томатом №367-2021	100	58,67	10,98	12,23	2,36	163,1
	<b>Итого</b>	<b>615</b>	<b>90,13</b>	<b>23,08</b>	<b>25,45</b>	<b>83,18</b>	<b>654,16</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	11,73	5,08	5,33	19,45	147,83
703	Рыба, тушеная в томате с овощами № 229-2011	150	51,74	13,48	7,11	7,27	139,87
1087	Пюре картофельное № 312-15	180	30,75	3,79	5,62	23,65	163,01
615	Хлеб Бородинский	26	1,86	1,77	0,34	10,58	53,82
616	Хлеб йодированный	45	3,24	3,46	0,36	22,99	108
759	Напиток из плодов шиповника № 388-11	180	6,77	0,31	0,25	17,15	80,97
760	Салат из соленых огурцов с луком № 21-11	80	20,09	0,69	4,06	2,13	49,3
	<b>Итого</b>	<b>911</b>	<b>126,18</b>	<b>28,58</b>	<b>23,07</b>	<b>103,22</b>	<b>742,8</b>

**Зав. производством \_\_\_\_\_**