



АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания Советского района

Меню комплексных завтраков и обедов 1-4 классов (с 7 до 11 лет)

"07" сентября 2026 года

Производство столовой школы № _____

2 неделя 1 день							
Завтрак							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг, ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
1143	Каша вязкая молочная "Дружба" № 175-2011	210	38,19	5,92	9,94	41,05	276,09
862	Яйца вареные № 209-15	40	17,33	5,08	4,60	0,28	62,80
737	Сыр (порциями) № 15-2011	25	40,00	6,70	6,30	0,00	83,50
616	Хлеб йодированный	47	4,92	3,62	0,38	24,02	112,80
682	Чай с сахаром № 376-2011	200	2,16	0,10	0,02	9,52	36,77
	Итого	522	102,60	21,42	21,24	74,87	571,96
Обед							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг, ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
1048	Огурцы натуральные свежие № 71-15	100	25,26	0,80	1,00	2,60	14,00
680	Борщ с капустой и картофелем № 82-2011	200	12,14	1,36	3,91	10,79	80,27
1606	Фрикадельки из филе ЦБ со сметанным соусом № 297-2011, 70/30	100	61,07	12,12	12,55	7,25	123,61
715	Макаронные изделия отварные № 309-2011	200	25,28	6,99	5,71	41,36	244,90
616	Хлеб йодированный	42	4,41	3,23	0,34	21,46	100,80
615	Хлеб Бородинский	20	2,14	1,36	0,26	8,14	41,40
759	Напиток из плодов шиповника № 388-11	200	13,23	0,34	0,28	19,05	89,96
	Итого	862	143,53	26,20	24,05	110,65	694,94

Зав.
производством _____



АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания Советского района

Меню комплексных завтраков и обедов 1-4 классов (с 7 до 11 лет)

"08" сентября 2026 г.

Производство столовой школы №

2 неделя 2 день							
Завтрак							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг, ценность, ккал
				Белки	Жиры	Углеводы	
1661	Пудинг из творога (запеченый) с соусом молочным № 222, 110/50	160	74,74	14,48	15,58	26,03	287,32
616	Хлеб йодированный	48	5,06	3,70	0,38	24,53	115,20
684	Чай с лимоном № 377-2011	210	4,08	0,13	0,03	9,93	39,18
725	Яблоки (порциями)	100	18,72	0,40	0,40	9,80	45,00
	Итого	518	102,60	18,71	16,39	70,29	486,70
Обед							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг, ценность, ккал
				Белки	Жиры	Углеводы	
776	Салат из белокачанной капусты с зеленым горошком № 45-11	100	18,11	1,68	5,09	9,50	89,50
1643	Суп картофельный с бобовыми (фасоль) № 102-11	250	20,01	5,17	5,33	19,01	146,66
1201	Плов из птицы (окорочек БК) № 291-15, 50/150	200	78,45	17,12	17,58	39,75	380,06
616	Хлеб йодированный	45	5,13	3,46	0,36	22,99	108,00
615	Хлеб Бородинский	35	3,59	3,70	0,38	24,53	115,20
620	Компот из компотной смеси с/м ТТК от 03.07.20	220	18,24	0,54	0,08	13,96	58,92
	Итого	850	143,53	31,67	28,82	129,74	898,34

Зав.

производством

Замше



СОГЛАСОВАНО

АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания Советского района

Меню комплексных завтраков и обедов 1-4 классов (с 7 до 11 лет)

"09" сентября 2026 год

Производство столовой школы №

88

2 неделя 3 день							
Завтрак							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг, ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
1048	Огурцы натуральные свежие № 71-15	60	15,16	0,48	0,60	1,56	8,40
1112	Котлеты рубленые из птицы со сметанным соусом № 295-11, 70/20	90	53,88	11,93	8,93	10,13	150,58
608	Каша гречневая рассыпчатая № 302-11	170	25,67	9,75	6,77	47,85	396,29
616	Хлеб йодированный	38	4,01	2,93	0,30	19,42	91,20
684	Чай с лимоном № 377-2011	200	3,88	0,13	0,03	9,46	37,32
	Итого	558	102,60	25,22	16,63	88,42	683,79
Обед							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг, ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
1053	Салат из свежих помидоров № 23-15	90	33,29	1,00	5,52	4,35	71,94
767	Суп из овощей № 99-11	200	14,07	1,40	3,98	9,09	77,95
804	Мясо тушеное свинина № 256-11	100	57,94	10,76	23,54	2,47	265,77
731	Каша пшеничная с маслом № 302-2011	200	20,75	8,82	6,06	48,08	286,65
616	Хлеб йодированный	40	4,23	3,08	0,32	20,44	96,00
615	Хлеб Бородинский	28	2,99	1,90	0,36	11,40	57,96
812	Компот из яблок № 342-11	200	10,26	0,16	0,16	13,90	55,90
	Итого	858	143,53	27,12	39,94	109,73	912,17

Зав.

производством

CV



АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания Советского района

Меню комплексных завтраков и обедов 1-4 классов (с 7 до 11 лет)

"10" сентября 2026 год

Производство столовой школы №

2 неделя 4 день							
Завтрак							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг, ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
708	Икра свекольная № 75-2011	60	9,56	0,92	4,04	6,46	63,65
1590	Тефтели говяжьи со сметанным соусом № 279-15, 50/50	100	61,25	7,47	13,28	9,70	186,01
715	Макаронные изделия отварные № 309-2011	190	24,02	6,64	5,42	39,29	232,65
616	Хлеб йодированный	37	3,89	2,85	0,30	18,91	88,80
684	Чай с лимоном № 377-2011	200	3,88	0,13	0,03	9,46	37,32
	Итого	587	102,60	18,01	23,07	83,82	608,43
Обед							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг, ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
776	Салат из белокачанной капусты с зеленым горошком № 45-11	60	10,87	1,01	3,06	5,70	53,70
1112	Суп картофельный рисовый № 101-15	250	14,58	1,99	2,71	17,16	102,89
1031	Жаркое по-домашнему (св. лопатка) № 259-15, 50/150	200	74,00	13,91	21,12	21,04	327,06
616	Хлеб йодированный	48	5,13	3,70	0,38	24,53	115,20
615	Хлеб Бородинский	35	3,64	2,38	0,45	14,24	72,45
600	Яблоки (порциями)	100	18,72	0,40	0,40	10,80	45,00
620	Компот из компотной смеси с/м ТТК от 03.07.20	200	16,59	0,49	0,07	12,69	53,56
	Итого	893	143,53	23,88	28,19	106,16	769,86

Зав.
производством



АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания Советского района

Меню комплексных завтраков и обедов 1-4 классов (с 7 до 11 лет)

"11" сентября 2026 год

Производство столовой школы №

2 неделя 5 день							
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	60	7,53	0,81	3,65	4,72	53,91
1644	Курица тушеная с морковью № 54-25	90	66,37	11,58	6,15	4,07	113,53
731	Каша пшеничная с маслом № 302-2011	200	20,75	8,82	6,06	48,08	286,65
616	Хлеб йодированный	39	4,07	3,00	0,31	19,93	93,60
684	Чай с лимоном № 377-2011	200	3,88	0,13	0,03	9,46	37,32
	Итого	589	102,60	24,34	16,20	86,26	585,01
Обед							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг, ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
714	Салат из свежих огурцов № 20-15	80	20,70	0,61	5,56	1,98	53,79
754	Суп картофельный с бобовыми (горох) № 102-11	200	10,68	4,06	4,26	16,56	118,26
1649	Каштаны рыбные с соусом пикантным № 472, 70/30	100	66,83	17,52	9,53	11,30	128,41
1087	Пюре картофельное № 312-15	160	32,57	3,37	5,00	27,02	196,90
616	Хлеб йодированный	32	3,36	2,46	0,26	16,35	76,80
615	Хлеб Бородинский	20	2,14	1,36	0,26	8,14	53,82
769	Компот из сухофруктов № 495-2021	200	7,25	0,46	0,00	19,78	78,10
	Итого	792	143,53	29,84	24,87	101,13	706,08

С/



СОГЛАСОВАНО

АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания Советского района

Меню комплексных завтраков и обедов 5-11 классов

"07" сентября 2026 год

Производство столовой школы №

2 неделя 1 день							
Завтрак							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал
				Белки	Жиры	Углеводы	
1143	Каша вязкая молочная "Дружба" №175-2011	270	49,11	7,61	12,78	52,78	354,97
862	Яйца вареные № 209-15	40	17,33	5,08	4,60	0,28	62,80
782	Масло порциями № 14-11	10	17,28	0,10	7,25	0,14	66,20
737	Сыр (порциями) № 15-2011	20	32,00	5,36	5,04	0,00	66,80
616	Хлеб йодированный	37	3,86	2,85	0,30	18,91	88,80
682	Чай с сахаром № 376-2011	200	2,16	0,10	0,02	9,52	36,77
	Итого	577	121,74	21,10	29,99	81,63	676,34
Обед							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал
				Белки	Жиры	Углеводы	
1048	Огурцы натуральные свежие № 71-15	150	37,89	1,20	1,50	3,90	21,00
680	Борщ с капустой и картофелем № 82-2011	250	15,18	1,70	4,89	13,48	100,34
711	Фрикадельки из филе ЦБ со сметанным соусом № 297-2011, 90/20	110	67,61	13,78	14,55	8,20	108,08
715	Макаронные изделия отварные № 309-2011	230	29,07	8,04	6,56	47,57	281,63
616	Хлеб йодированный	49	5,20	3,77	0,39	25,04	117,60
615	Хлеб Бородинский	20	2,14	1,36	0,26	8,14	41,40
759	Напиток из плодов шиповника № 388-11	200	13,23	0,34	0,28	19,05	89,96
	Итого	1009	170,32	30,19	28,43	125,38	760,01

Зав. производством

АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания

Меню комплексных завтраков и обедов 5-11 классов

"08" сентября 2026 год

Производство столовой школы №2

2 неделя 2 день							
Завтрак							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал
				Белки	Жиры	Углеводы	
1661	Пудинг из творога (запеченый) с соусом молочным № 222, 125/75	200	93,42	18,10	17,78	32,53	366,13
616	Хлеб йодированный	37	3,85	2,85	0,30	23,91	88,80
684	Чай с лимоном № 377-2011	200	3,88	0,13	0,03	9,46	37,32
600	Яблоки (порциями)	110	20,59	0,44	0,44	10,78	49,50
	Итого	547	121,74	21,52	18,55	76,68	541,75
Обед							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал
				Белки	Жиры	Углеводы	
776	Салат из белокочанной капусты с зеленым горошком № 45-11	130	23,54	2,18	6,62	12,35	116,35
1643	Суп картофельный с бобовыми (фасоль) № 102-11	250	20,01	5,17	5,33	19,01	146,66
1655	Плов из птицы № 291-15, 65/195	260	101,99	20,87	16,98	51,68	436,74
616	Хлеб йодированный	48	5,09	3,70	0,38	24,53	115,20
615	Хлеб Бородинский	29	3,10	1,97	0,38	11,80	60,03
620	Компот из компотной смеси с/м ТТК от 03.07.20	200	16,59	0,49	0,07	12,69	53,56
	Итого	787	170,32	32,20	23,14	119,71	812,19

Зав. производством



АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания Советского района

Меню комплексных завтраков и обедов 5-11 классов

"09" сентября 2026 год

Производство столовой школы № _____

2 неделя 3 день							
Завтрак							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал
				Белки	Жиры	Углеводы	
1048	Огурцы натуральные свежие № 71-15	130	32,84	1,04	1,30	3,38	18,20
1607	Котлеты рублен. из птицы с сметанным соусом № 295-11, 60/40	100	48,68	9,89	9,96	5,97	130,25
608	Каша гречневая рассыпчатая № 302-11	210	31,72	12,04	8,36	59,11	366,01
616	Хлеб йодированный	44	4,62	3,39	0,35	22,48	105,60
684	Чай с лимоном № 377-2011	200	3,88	0,13	0,03	9,46	37,32
	Итого	684	121,74	26,49	20,00	100,40	657,38
Обед							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал
				Белки	Жиры	Углеводы	
1053	Салат из свежих помидоров № 23-15	150	55,49	1,67	9,21	7,24	119,89
767	Суп из овощей № 99-11	250	17,59	1,75	4,98	11,36	97,44
804	Мясо тушеное свинина № 256-11	100	57,94	10,76	23,54	2,47	265,77
731	Каша пшеничная с маслом № 302-2011	200	20,75	8,82	6,06	48,08	286,65
616	Хлеб йодированный	45	4,77	3,46	0,36	22,99	108,00
615	Хлеб Бородинский	33	3,52	2,24	0,43	13,43	68,31
812	Компот из яблок № 342-11	200	10,26	0,16	0,16	13,90	55,90
	Итого	978	170,32	28,86	44,74	119,47	1001,96

Зав. производством _____

АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания Советского района

Меню комплексных завтраков и обедов 5-11 классов

"10" сентября 2026 год

Производство столовой школы №

2 неделя 4 день

Завтрак

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал
				Белки	Жиры	Углеводы	
708	Икра свекольная № 75-2011	130	20,71	2,00	8,76	13,99	137,91
865	Тефтели говяжьи со сметанным соусом № 279-15, 55/55	110	67,37	8,22	14,60	10,67	204,62
715	Макаронные изделия отварные № 309-2011	200	25,28	6,99	5,71	41,36	244,90
616	Хлеб йодированный	43	4,50	3,31	0,34	21,97	103,20
684	Чай с лимоном № 377-2011	200	3,88	0,13	0,03	9,46	37,32
	Итого	683	121,74	20,65	29,44	97,45	727,95

Обед

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал
				Белки	Жиры	Углеводы	
776	Салат из белокачанной капусты с зеленым горошком № 45-11	150	27,17	2,52	7,64	14,25	134,25
1112	Суп картофельный рисовый № 101-15	250	14,58	1,99	2,71	17,16	102,89
1031	Жаркое по-домашнему (св. лопатка) № 259-15, 50/150	200	74,00	17,91	21,12	21,04	327,06
616	Хлеб йодированный	46	4,91	3,54	0,37	23,51	110,40
615	Хлеб Бородинский	40	4,27	2,72	0,52	16,28	82,80
600	Яблоки (порциями)	150	28,80	0,60	0,60	14,70	67,50
620	Компот из компотной смеси с/м ТТК от 03.07.20	200	16,59	0,49	0,07	12,69	53,56
	Итого	886	170,32	29,77	33,03	119,63	878,46

Зав. производством



АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания Советского района

Меню комплексных завтраков и обедов 8-11 классов

"11" сентября 2026 год

Производство столовой школы № _____

2 неделя 5 день							
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	110	13,80	1,49	6,69	8,65	98,83
1644	Курица тушеная с морковью № 54-25	110	81,11	15,15	16,29	14,97	238,76
731	Каша пшеничная с маслом № 302-2011	180	18,67	7,93	5,46	63,28	257,99
616	Хлеб йодированный	41	4,28	3,16	0,33	20,95	98,40
684	Чай с лимоном № 377-2011	200	3,88	0,13	0,03	9,46	37,32
	Итого	641	121,74	27,86	28,80	117,31	731,30
Обед							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал
				Белки	Жиры	Углеводы	
714	Салат из свежих огурцов № 20-15	130	33,64	0,99	9,03	3,21	87,41
754	Суп картофельный с бобовыми (горох) № 102-11	250	13,36	5,08	5,33	19,45	147,83
1649	Каштаны рыбные с соусом пикантным № 472	100	66,83	17,52	6,53	11,30	117,41
1087	Пюре картофельное № 312-15	200	40,71	4,21	6,25	26,28	181,13
616	Хлеб йодированный	45	4,81	3,46	0,36	22,99	108,00
615	Хлеб Бородинский	35	3,72	2,38	0,45	14,24	72,45
769	Компот из сухофруктов № 495-2021	200	7,25	0,46	0,00	19,78	78,10
	Итого	830	170,32	34,10	27,95	117,25	792,33

Зав. производством _____