

АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания Советского района

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

"14" сентября 2026 год

Производство столовой школы №



1 неделя 1 день							
Завтрак							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал
				Белки	Жиры	Углеводы	
1639	Каша овсяная (вязкая) молочная № 173-11	190	28,92	8,81	8,62	24,91	205,71
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	Яблоки (порциями)	100	18,72	0,40	0,40	9,80	45,00
682	Чай с сахаром № 376-2011	180	1,95	0,09	0,02	8,57	33,09
616	Хлеб йодированный	35	3,73	2,69	0,28	24,89	84,00
	Итого	535	102,60	17,45	21,61	68,31	500,80
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
680	Борщ с капустой и картофелем № 82-2011	200	12,14	1,36	3,91	10,79	80,27
1386	Биточки мясные со сметанным соусом № 268-2011, 70/20	90	62,09	10,24	15,53	11,90	225,39
608	Каша гречневая рассыпчатая № 302-11	160	24,16	9,18	6,37	45,04	278,86
616	Хлеб йодированный	45	4,81	3,16	0,33	20,95	98,40
615	Хлеб Бородинский	29	3,04	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	804	143,53	27,01	32,15	115,15	850,30

Зав.

производством



СОГЛАСОВАНО

МБОУ «Школа № 88»
г. Ростов-на-Дону

АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания Советского района

Меню комплексных завтраков и обедов 5-11 классов

"15" сентября 2026 год

Производство столовой школы №

1 неделя 2 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	150	23,90	2,30	10,10	16,14	159,12
1127	Плов из птицы (филе) № 291-15, 40/160	200	67,46	13,85	13,24	42,40	338,58
737	Сыр (порциями) № 15-2011	15	24,00	4,02	3,78	0,00	50,10
616	Хлеб йодированный	40	4,22	3,08	0,32	20,44	96,00
682	Чай с сахаром № 376-2011	200	2,16	0,10	0,02	9,52	36,77
	Итого	605	121,74	23,35	27,46	88,50	680,57
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	120	21,73	2,02	6,11	11,40	107,40
764	Суп картофельный с макаронными изделиями № 103-11	250	15,46	2,64	2,77	20,46	119,58
703	Рыба тушеная в томате с овощами № 229-2011	100	54,04	12,99	11,74	4,85	115,00
1087	Пюре картофельное № 312-15	200	40,71	4,21	6,25	26,28	201,13
616	Хлеб йодированный	40	4,19	3,08	0,32	20,44	96,00
615	Хлеб Бородинский	21	2,24	1,43	0,27	8,55	43,47
600	Яблоки (порциями)	100	18,72	0,40	0,40	9,80	45,00
759	Напиток из плодов шиповника № 388-11	200	13,23	0,34	0,28	19,05	89,96
	Итого	911	170,32	27,11	28,14	120,83	817,54

Зав. производством

АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания Советского района

Меню комплексных завтраков и обедов 1-4 классов (с 1 до 11 лет)
 "15" сентября 2026 год
 Производство столовой школы № _____



1 неделя 2 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	80	12,75	1,23	5,90	8,61	84,87
1127	Плов из птицы (филе) № 291-15, 40/160	200	67,46	13,85	13,24	42,40	338,58
737	Сыр (порциями) № 15-2011	10	16,00	2,68	2,52	0,00	33,40
616	Хлеб йодированный	40	4,23	3,08	0,32	20,44	96,00
682	Чай с сахаром № 376-2011	200	2,16	0,10	0,02	9,52	36,77
	Итого	530	102,60	20,94	22,00	80,97	589,62
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	70	12,68	1,18	3,57	6,65	62,65
764	Суп картофельный с макаронными изделиями № 103-11	200	12,37	2,11	3,32	16,37	95,66
703	Рыба тушеная в томате с овощами № 229-2011	90	48,64	12,09	10,26	19,71	135,84
1087	Пюре картофельное № 312-15	150	30,53	3,16	5,69	21,02	144,90
616	Хлеб йодированный	40	4,26	3,08	0,32	10,44	96,00
615	Хлеб Бородинский	29	3,10	1,97	0,38	11,80	60,03
600	Яблоки (порциями)	100	18,72	0,40	0,40	9,80	45,00
759	Напиток из плодов шиповника № 388-11	200	13,23	0,34	0,28	19,05	89,96
	Итого	879	143,53	24,33	24,22	114,84	730,04

Зав.
производство





АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания Советского района

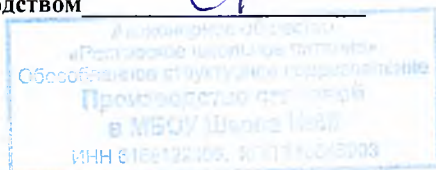
Меню комплексных завтраков и обедов 1-4 классов (с 7 до 11 лет)

"16" сентября 2026 год

Производство столовой школы № _____

1 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	70	17,68	0,56	0,70	1,82	9,80
1633	Котлеты мясные (особые) № 269-2011, 65/35	100	60,33	9,72	14,95	12,02	218,44
801	Каша пшенная рассыпчатая № 302-11	160	16,10	7,05	6,07	40,54	248,79
616	Хлеб йодированный	44	4,61	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	574	102,60	20,85	22,10	86,32	619,95
Обед							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал
				Белки	Жиры	Углеводы	
763	Салат из свеклы с зеленым горошком № 53-11	60	15,82	0,98	2,50	4,79	45,01
754	Суп картофельный с бобовыми (горох) № 102-11	200	10,68	4,06	4,26	15,56	118,26
1240	Птица запеченная (тушка) № 293-15	100	84,38	17,84	13,04	0,62	172,23
715	Макаронные изделия отварные № 309-2011	150	18,96	5,24	4,28	31,02	183,67
616	Хлеб йодированный	41	4,30	3,16	0,33	21,95	98,40
615	Хлеб Бородинский	20	2,14	1,36	0,26	8,14	41,40
769	Компот из сухофруктов № 495-2021	200	7,25	0,46	0,00	19,78	78,10
	Итого	771	143,53	33,10	24,67	101,86	737,07

Зав.
производством



СОГЛАСОВАНО



АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания Советского района

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

"17" сентября 2026 год

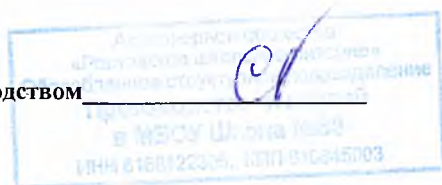
Производство столовой школы №

88

1 неделя 4 день							
Завтрак							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал
				Белки	Жиры	Углеводы	
1202	Запеканка из творога с морковью и соусом молочным № 224-2011, 160/40	200	74,70	15,30	19,27	38,12	322,04
616	Хлеб йодированный	48	5,10	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
600	Яблоки (порциями)	100	18,72	0,40	0,40	9,80	45,00
	Итого	558	102,60	19,53	20,08	82,38	521,42
Обед							
№ 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
680	Борщ с капустой и картофелем № 82-2011	200	12,14	1,36	3,65	10,79	80,27
1635	Тефтели из птицы с овощами 65/35 Акт от 19.12.23	100	77,47	14,41	18,70	26,85	290,65
722	Картофель отварной № 310-15	150	29,94	3,02	4,33	17,87	136,76
616	Хлеб йодированный	38	4,05	2,93	0,30	19,42	91,20
615	Хлеб Бородинский	20	2,14	1,36	0,26	8,14	41,40
812	Компот из яблок № 342-11	200	10,26	0,16	0,16	13,90	55,90
	Итого	768	143,53	24,05	31,05	101,69	750,09

Зав.

производством



СОГЛАСОВАНО



АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания Советского района

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

"18" сентября 2026 год

Производство столовой школы №

88

1 неделя 5 день							
Завтрак							
№ 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
878	Гуляш свиной лопатка № 260-15, 55/55	110	64,88	11,89	27,98	3,10	312,87
731	Каша пшеничная с маслом № 302-2011	180	18,67	7,93	5,46	43,28	257,99
616	Хлеб йодированный	41	4,30	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	591	102,60	24,12	36,86	82,49	760,28
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	100	25,88	0,76	6,94	2,47	67,24
779	Рассольник ленинградский № 96-11	200	17,02	1,68	4,09	13,38	99,29
1549	Птица, тушеная в соусе № 290-15, 50/50	100	51,91	15,16	11,70	3,01	178,24
608	Каша гречневая рассыпчатая № 302-11	160	24,16	9,18	6,37	45,04	278,86
616	Хлеб йодированный	45	4,81	3,46	0,36	22,99	108,00
615	Хлеб Бородинский	30	3,16	2,04	0,39	12,21	62,10
620	Компот из компотной смеси с/м ТТК от 03.07.20	200	16,59	0,49	0,07	12,69	53,56
	Итого	835	143,53	32,77	29,92	111,79	847,29

Зав.

производством



СОГЛАСОВАНО



АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания Советского района

Меню комплексных завтраков и обедов 5-11 классов

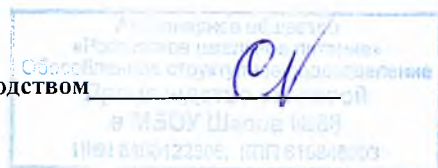
"14" сентября 2026 год

Производство столовой школы №

88

1 неделя 1 день							
Завтрак							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал
				Белки	Жиры	Углеводы	
1639	Каша овсяная (вязкая) молочная № 173-11	250	38,05	9,95	11,35	32,78	270,67
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	Яблоки (порциями)	150	28,08	0,60	0,60	14,70	67,50
682	Чай с сахаром № 376-2011	200	2,16	0,10	0,02	9,52	36,77
616	Хлеб йодированный	40	4,17	3,08	0,32	20,44	96,00
	Итого	670	121,74	19,19	24,58	77,58	603,94
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	100	25,88	0,76	6,94	2,47	67,24
680	Борщ с капустой и картофелем № 82-2011	250	15,18	1,70	4,89	13,48	100,34
1614	Биточки мясные № 268-2011, 80/30	110	72,12	11,80	17,98	14,02	261,60
608	Каша гречневая рассыпчатая № 302-11	210	31,72	12,04	8,36	59,11	366,01
616	Хлеб йодированный	48	5,13	3,70	0,38	24,53	115,20
615	Хлеб Бородинский	35	3,70	2,38	0,45	14,24	72,45
620	Компот из компотной смеси с/м ТТК от 03.07.20	200	16,59	0,49	0,07	12,69	53,56
	Итого	853	170,32	32,11	32,13	138,07	969,16

Зав. производством





АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания Советского района

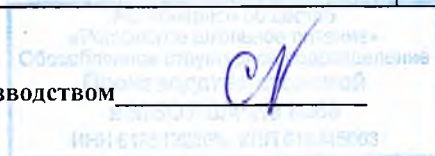
Меню комплексных завтраков и обедов 5-11 классов

"16" сентября 2026 год

Производство столовой школы № _____

1 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
1633	Котлеты мясные (особые) № 269-2011, 65/35	100	60,33	13,72	17,95	12,02	218,44
801	Каша пшенная рассыпчатая № 302-11	200	20,13	8,82	7,98	50,67	310,99
616	Хлеб йодированный	43	4,56	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	673	121,74	27,02	27,60	97,50	688,15
Обед							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал
				Белки	Жиры	Углеводы	
763	Салат из свеклы с зеленым горошком № 53-11	110	29,00	1,79	4,58	8,78	82,51
754	Суп картофельный с бобовыми (горох) № 102-11	250	13,36	5,08	5,33	19,45	147,83
1240	Птица запеченная (тушка) № 293-15	100	84,38	17,84	11,04	0,62	172,23
715	Макаронные изделия отварные № 309-2011	230	29,07	8,04	6,56	47,57	281,63
616	Хлеб йодированный	45	4,80	3,46	0,36	22,99	108,00
615	Хлеб Бородинский	23	2,46	1,56	0,30	9,36	47,61
769	Компот из сухофруктов № 495-2021	200	7,25	0,46	0,00	19,78	78,10
	Итого	958	170,32	38,23	28,17	128,55	917,91

Зав. производством _____



АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания Советского района

Меню комплексных завтраков и обедов 5-11 классов

"17" сентября 2026 год

Производство столовой школы № _____



1 неделя 4 день							
Завтрак							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал
				Белки	Жиры	Углеводы	
1202	Запеканка из твор. с морк. с соусом мол. № 224-2011, 200/50	250	93,37	19,13	17,87	47,65	402,55
616	Хлеб йодированный	37	3,90	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
600	Яблоки (порциями)	110	20,59	0,44	0,44	10,78	49,50
	Итого	597	121,74	22,55	18,64	86,80	578,17
Обед							
№ 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	150	18,81	2,03	9,12	11,80	134,77
680	Борщ с капустой и картофелем № 82-2011	250	15,18	1,70	4,89	13,48	100,34
1214	Тефтели из птицы с овощами Акт от 19.12.23, 80/40	120	80,00	16,39	16,85	12,11	241,04
722	Картофель отварной № 310-15	190	37,92	3,83	5,48	39,64	173,22
616	Хлеб йодированный	45	4,73	3,46	0,36	22,99	108,00
615	Хлеб Бородинский	32	3,42	2,18	0,42	13,02	66,24
812	Компот из яблок № 342-11	200	10,26	0,16	0,16	13,90	55,90
	Итого	837	170,32	27,72	28,16	115,14	744,74

Зав. производством



АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания Советского района

Меню комплексных завтраков и обедов 5-11 классов

"18" сентября 2026 год

Производство столовой школы № _____



1 неделя 5 день							
Завтрак							
№ 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	110	19,92	1,85	5,60	10,45	98,45
878	Гуляш свиной лопатка № 260-15, 60/60	120	70,77	12,97	30,52	3,39	341,31
731	Каша пшеничная с маслом № 302-2011	220	22,82	9,70	6,67	52,89	315,32
616	Хлеб йодированный	41	4,35	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	691	121,74	27,81	43,15	97,14	890,80
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	120	31,06	0,91	8,33	2,96	80,69
779	Рассольник ленинградский № 96-11	250	21,27	2,10	5,11	16,72	124,11
1618	Птица, тушеная в соусе № 290-15, 60/50	110	58,46	17,35	13,00	3,01	198,90
608	Каша гречневая рассыпчатая № 302-11	230	34,74	13,19	9,15	64,74	400,87
616	Хлеб йодированный	40	4,25	3,08	0,32	20,44	96,00
615	Хлеб Бородинский	37	3,95	2,52	0,48	15,06	76,59
620	Компот из компотной смеси с/м ТТК от 03.07.20	200	16,59	0,49	0,07	12,69	53,56
	Итого	987	170,32	39,64	36,46	135,62	1030,72

Зав. производством _____

