

"УТВЕРЖДАЮ"
Ген.директор АО "Ростовское школьное питание"

Г.В. Круглова

29.08.2024 г.

ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ
для детей 12 лет и старше (малообеспеченные)

Завтрак							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг, ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
729	Суп молочный с макаронами № 120-2011	250	24,96	5,73	4,73	20,91	149,79
737	Сыр (порциями) № 15-2011	20	24,87	5,36	5,04	0	66,8
1090	Какао с молоком №382-2011	200	21,17	3,97	3,2	25,78	144
616	Хлеб йодированный	49	3,5	3,77	0,39	25,04	117,6
600	Яблоки (порциями)	100	15,63	0,4	0,4	9,8	45
	Итого	619	90,13	19,23	13,76	81,53	523,19
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	11,15	1,36	3,91	10,79	80,27
608	Каша гречневая рассыпч, № 302-11	150	17,03	8,6	5,97	42,22	261,43
616	Хлеб йодированный	45	3,23	3,46	0,36	22,99	108
1105	Биточки мясные № 268-2011	90	44,82	9,77	15,4	12,91	226,24
620	Компот из компотной смеси с/м ТТК от 03,07,20	180	13,9	0,44	0,06	11,44	48,28
	Итого	665	90,13	23,63	25,7	100,35	724,22
1 неделя 2 день							
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	52	3,75	4	0,42	26,57	124,8
1098	Плов из птицы (филе) 55/175 № 291-15	230	69,67	18,46	15,02	45,72	386,35
708	Икра свекольная № 75-2011	100	14,69	1,54	6,74	10,76	106,08
	Итого	582	90,13	24,1	22,2	92,57	654

Обед

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг, ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
973	Салат из белокачанной капусты № 45-15	75	8,78	1,16	3,81	6,99	66,15
764	Суп картофельный с макарон, изделиями № 103-11	200	11,95	2,11	2,22	16,37	95,66
703	Рыба, тушеная в томате с овощами № 229-2011	90	31,18	8,09	4,26	4,36	83,92
1087	Пюре картофельное № 312-15	150	28,15	3,16	4,69	19,71	135,84
616	Хлеб йодированный	46	3,3	3,54	0,37	23,51	110,4
759	Напиток из плодов шиповника № 388-11	180	6,77	0,31	0,25	17,15	80,97
	Итого	741	90,13	18,37	15,6	88,09	572,94

1 неделя 3 день

Завтрак

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг, ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
801	Каша пшеничная рассыпчатая № 302-11	180	15,17	7,93	6,83	45,6	279,89
682	Чай с сахаром № 376-2011	190	1,92	0,09	0,02	9,05	34,93
616	Хлеб йодированный	40	2,83	3,08	0,32	20,44	96
1107	Котлеты мясные (особые) № 269-2011	100	50,32	10,95	16,93	12,6	243,26
1048	Огурцы натуральные свежие № 71-15	100	19,89	0,8	1	2,6	14
	Итого	610	90,13	22,85	25,1	90,29	668,08

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	250	12,8	5,08	5,33	19,45	147,83
715	Макаронные изделия отварные № 309-2011	150	16,47	5,24	4,28	31,02	183,67

769	Компот из сухофруктов № 495-2021	180	5,77	0,41	0	17,8	70,29
616	Хлеб йодированный	50	3,59	3,85	0,4	25,55	120
643	Птица, тушеная в соусе № 290-15	90	41,72	14,2	10,64	2,46	162,74
689	Салат из свеклы отварной № 52-2011	85	9,78	1,15	5,17	6,69	76,37
	Итого	805	90,13	29,93	25,82	102,97	760,9

1 неделя 4 день

Завтрак

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг, ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
600	Яблоки (порциями)	150	23,44	0,6	0,6	14,7	67,5
616	Хлеб йодированный	35	2,53	2,69	0,28	17,89	84
684	Чай с лимоном № 377-2011	200	2,95	0,13	0,03	9,46	37,32
1114	Запеканка из творог, с морк, с соусом молоч, № 224-2011	170	61,21	13,01	10,58	32,4	273,73
	Итого	555	90,13	16,43	11,49	74,45	462,55

Обед

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг, ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
737	Щи из свежей капусты и картофеля №88-2011	250	13,75	1,69	6,1	9,24	98,56
1109	Тефтели из птицы с овощами 65/35 Акт от 19,12,23	100	51,07	12,83	12,37	10,09	200,87
616	Хлеб йодированный	48	3,45	3,7	0,38	24,53	115,2
1081	Каша ячневая (рассыпчатая) № 302-15	180	13,58	5,76	5,22	37,86	225,48
812	Компот из яблок № 342-11	190	8,28	0,15	0,15	13,2	53,1
	Итого	768	90,13	24,13	24,22	94,92	693,21

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 белокач,капусты с зел,горошком № 45-11	110	17,39	1,85	5,6	10,45	98,45
731	Каша пшеничная с маслом № 302-2011	180	15,73	7,93	5,46	43,28	257,99
682	Чай с сахаром № 376-2011	200	2,02	0,1	0,02	9,52	36,77

616	Хлеб йодированный	47	3,36	3,62	0,38	24,02	112,8
878	Гуляш свиной 55/55 лопатка № 260-15	110	51,63	11,89	27,98	3,1	312,87
	Итого	647	90,13	25,39	39,44	90,37	818,88

Обед

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг, ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
779	Рассольник ленинградский № 96-11	200	14,31	1,68	4,09	13,38	99,29
616	Хлеб йодированный	49	3,51	3,77	0,39	25,04	117,6
1129	Птица в соусе с томатом (филе) №367-2021	90	48,38	9,13	7,8	2,13	115,52
769	Компот из сухофруктов № 495-2021	180	5,77	0,41	0	17,8	70,29
608	Каша гречневая рассыпч, № 302-11	160	18,16	9,18	6,37	45,04	278,86
	Итого	679	90,13	24,17	18,65	103,39	681,56

1 неделя 6 день

Завтрак

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг, ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
684	Чай с лимоном № 377-2011	200	2,95	0,13	0,03	9,46	37,32
1111	Шницель мясной № 268-2011	90	44,82	9,77	15,4	12,91	226,24
616	Хлеб йодированный	42	3	3,23	0,34	21,46	100,8
594	Рис отварной № 304-2011	170	23,55	4,19	6,15	40,7	220,29
776	Салат из белокач,капусты с зел,горошком № 45-11	100	15,81	1,68	5,09	9,5	89,5
	Итого	602	90,13	19	27,01	94,03	674,15

Обед

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг, ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
1113	Суп картофельный с рисом № 101-15	250	14,17	1,99	2,71	17,16	102,89
715	Макаронные изделия отварные № 309-2011	180	19,76	6,29	5,13	37,22	220,41
615	Хлеб Бородинский	30	2,16	2,04	0,39	12,21	62,1
804	Мясо тушеное свин, № 256-11	90	41,97	9,68	22,89	2,22	254,57
616	Хлеб йодированный	47	3,35	3,62	0,38	24,02	112,8

812	Компот из яблок № 342-11	200	8,72	0,16	0,16	13,9	55,9
	Итого	797	90,13	23,78	31,66	106,73	808,67
2 неделя 1 день							
Завтрак							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг, ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
616	Хлеб йодированный	41	2,94	3,16	0,33	20,95	98,4
862	Яйца вареные № 209-15	40	16,77	5,08	4,6	0,28	62,8
684	Чай с лимоном № 377-2011	214	3,15	0,14	0,03	10,12	39,93
1089	Каша вязкая молочная "Дружба" №175-2011	260	41,52	7,33	12,3	50,82	341,83
737	Сыр (порциями) № 15-2011	10	12,43	2,68	2,52	0	33,4
782	Масло (порциями) № 14-11	10	13,32	0,1	7,25	0,14	66,2
	Итого	575	90,13	18,49	27,03	82,31	642,56
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	80	15,92	0,64	0,8	2,08	11,2
680	Борщ с капустой и картофелем № 82-2011	200	11,15	1,36	3,91	10,79	80,27
711	Фрикадельки из филе ЦБ со сметанным соусом № 297-2011	90	40,49	11,27	2,08	6,71	88,43
801	Каша пшенная рассыпчатая № 302-11	150	12,64	6,61	5,69	38	233,24
616	Хлеб йодированный	45	3,16	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
	Итого	745	90,13	23,65	13,09	97,72	602,11
2 неделя 2 день							
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	42	2,98	3,23	0,34	21,46	100,8
600	Яблоки (порциями)	130	20,31	0,52	0,52	12,74	58,5

1114	Запеканка из творог, с морк, с соусом молоч, № 224-2011	180	64,82	13,77	11,21	34,31	289,83
	Итого	552	90,13	17,62	12,09	78,03	485,9
Обед							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг, ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
769	Компот из сухофруктов № 495-2021	190	6,1	0,44	0	18,79	74,19
761	Суп крестьянский с крупой № 98-11	200	8,7	1,74	4	11,04	87,34
1106	Плов из птицы (окорочек БК) 50/150 № 291-15	200	64,95	17,12	17,58	39,75	380,06
973	Салат из белокачанной капусты № 45-15	60	7,03	0,93	3,05	5,59	52,92
616	Хлеб йодированный	47	3,35	3,62	0,38	24,02	112,8
	Итого	697	90,13	23,85	25,01	99,19	707,31
2 неделя 3 день							
Завтрак							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг, ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
616	Хлеб йодированный	53	3,81	4,08	0,42	27,08	127,2
608	Каша гречневая рассыпч, № 302-11	190	21,57	10,9	7,56	53,48	331,15
684	Чай с лимоном № 377-2011	214	3,15	0,14	0,03	10,12	39,93
709	Икра морковная № 75-2011	100	15,27	1,41	6,74	8,69	98,16
1112	Котлеты рублен, из птицы с сметанным соусом 75/25 № 295-11	100	46,33	13,27	7,7	10,77	167,46
	Итого	657	90,13	29,8	22,45	110,14	763,9
Обед							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг, ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
812	Компот из яблок № 342-11	200	8,72	0,16	0,16	13,9	55,9
764	Суп картофельный с макарон, изделиями № 103-11	250	14,93	2,64	2,77	20,46	119,58
1081	Каша ячневая (рассыпчатая) № 302-15	180	13,58	5,76	5,22	37,86	225,48
878	Гуляш свиной 50/50 лопатка № 260-15	100	46,94	10,81	25,43	2,82	284,43
616	Хлеб йодированный	53	3,8	4,08	0,42	27,08	127,2

615	Хлеб Бородинский	30	2,16	2,04	0,39	12,21	62,1
	Итого	813	90,13	25,49	34,39	114,33	874,69

2 неделя 4 день

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	53	3,83	4,08	0,42	27,08	127,2
715	Макаронные изделия отварные № 309-2011	190	20,86	6,64	5,42	39,29	232,65
865	Тефтели гов, со см,соусом № 279-15	90	42,96	7,6	11,93	9,68	173,96
714	С-т из свежих огурцов № 20-15	100	20,46	0,76	6,94	2,47	67,24
	Итого	633	90,13	19,18	24,73	88,04	637,82

Обед

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг, ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
1031	Жаркое по-домашнему (св, лопатка) 50/150 № 259-15	200	62,11	12,91	21,12	21,04	327,06
1113	Суп картофельный с рисом № 101-15	250	14,17	1,99	2,71	17,16	102,89
616	Хлеб йодированный	46	3,33	3,54	0,37	23,51	110,4
812	Компот из яблок № 342-11	200	8,72	0,16	0,16	13,9	55,9
615	Хлеб Бородинский	25	1,8	1,7	0,32	10,17	51,75
	Итого	721	90,13	20,3	24,68	85,78	648

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	90	10,36	1,22	5,47	7,08	80,86
801	Каша пшенная рассыпчатая № 302-11	180	15,17	7,93	6,83	45,6	279,89
616	Хлеб йодированный	41	2,9	3,16	0,33	20,95	98,4
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	58,75	10,98	12,23	2,36	163,1

	Итого	611	90,13	23,42	24,89	85,45	659,57
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	12,8	5,08	5,33	19,45	147,83
703	Рыба, тушеная в томате с овощами № 229-2011	100	34,64	8,99	4,74	4,85	93,25
1087	Пюре картофельное № 312-15	170	31,9	3,58	5,31	22,34	153,96
616	Хлеб йодированный	46	3,27	3,54	0,37	23,51	110,4
759	Напиток из плодов шиповника № 388-11	200	7,52	0,34	0,28	19,05	89,96
	Итого	766	90,13	21,53	16,03	89,2	595,4
2 неделя 6 день							
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	48	3,44	3,7	0,38	24,53	115,2
878	Гуляш свиной 50/50 лопатка № 260-15	100	46,94	10,81	25,43	2,82	284,43
715	Макаронные изделия отварные № 309-2011	190	20,86	6,64	5,42	39,29	232,65
1054	Салат из свежих помидоров и огурцов № 24-15	80	16,87	0,78	5,15	3,06	59,84
	Итого	618	90,13	22,03	36,4	79,22	728,89
Обед							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг, ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
1109	Тефтели из птицы с овощами 60/30 Акт от 19,12,23	90	45,96	11,54	11,13	9,08	180,78
779	Рассольник ленинградский № 96-11	250	17,89	2,1	5,11	16,72	124,11
731	Каша пшеничная с маслом № 302-2011	180	15,73	7,93	5,46	43,28	257,99
616	Хлеб йодированный	58	4,13	4,47	0,46	29,64	139,2
769	Компот из сухофруктов № 495-2021	200	6,42	0,46	0	19,78	78,1
	Итого	778	90,13	26,5	22,16	118,5	780,18

"УТВЕРЖДАЮ"
Ген. директор АО "Ростовское школьное питание"

_____ **Г.В. Круглова**

29.08.2024

**Меню комплексных завтраков и обедов для обучающихся
1-4 классов (с 7 до 11 лет) + ОБЗ**

1 неделя 1 день							
Завтрак							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг, ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
729	Суп молочный с макаронами № 120-2011	200	19,97	4,59	3,78	16,73	119,83
737	Сыр (порциями) № 15-2011	15	18,65	4,02	3,78	0	50,1
1090	Какао с молоком №382-2011	180	19,05	3,57	2,88	23,2	129,6
616	Хлеб йодированный	44	3,15	3,39	0,35	22,48	105,6
600	Яблоки (порциями)	100	15,63	0,4	0,4	9,8	45
	Итого	539	76,45	15,97	11,19	72,21	450,13
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	11,15	1,36	3,91	10,79	80,27
608	Каша гречневая рассыпч, № 302-11	150	17,03	8,6	5,97	42,22	261,43
616	Хлеб йодированный	45	3,24	3,46	0,36	22,99	108
1105	Биточки мясные № 268-2011	90	44,82	9,77	15,4	12,91	226,24
615	Хлеб Бородинский	25	1,8	1,7	0,32	10,17	51,75
620	Компот из компотной смеси с/м ТТК от 03,07,20	190	14,67	0,47	0,07	12,07	50,97
714	С-т из свежих огурцов № 20-15	70	14,32	0,53	4,86	1,73	47,07

	Итого	770	107,03	25,89	30,89	112,88	825,73
1 неделя 2 день							
Завтрак							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг, ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
616	Хлеб йодированный	37	2,64	2,85	0,3	18,91	88,8
684	Чай с лимоном № 377-2011	200	2,95	0,13	0,03	9,46	37,32
1098	Плов из птицы (филе) 50/150 № 291-15	200	60,58	16,05	13,06	39,75	335,96
708	Икра свекольная № 75-2011	70	10,28	1,07	4,71	7,53	74,26
	Итого	507	76,45	20,1	18,1	75,65	536,34
Обед							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг, ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
764	Суп картофельный с макарон, изделиями № 103-11	200	11,95	2,11	2,22	16,37	95,66
703	Рыба, тушеная в томате с овощами № 229-2011	90	31,18	8,09	4,26	4,36	93,92
600	Яблоки (порциями)	100	15,63	0,4	0,4	9,8	45
1087	Пюре картофельное № 312-15	150	28,15	3,16	4,69	19,71	135,84
616	Хлеб йодированный	45	3,19	3,46	0,36	22,99	108
973	Салат из белокачанной капусты № 45-15	65	7,61	1,01	3,3	6,06	57,33
759	Напиток из плодов шиповника № 388-11	200	7,52	0,34	0,28	19,05	89,96
615	Хлеб Бородинский	25	1,8	1,7	0,32	10,17	51,75
	Итого	875	107,03	20,27	15,83	108,51	677,46
1 неделя 3 день							
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	150	12,64	6,61	5,69	38	233,24
682	Чай с сахаром № 376-2011	200	2,02	0,1	0,02	9,52	36,77
616	Хлеб йодированный	36	2,58	2,77	0,29	18,4	86,4
1107	Котлеты мясные (особые) № 269-2011	90	45,28	9,85	15,23	11,34	218,93

1048	Огурцы натуральные свежие № 71-15	70	13,93	0,56	0,7	1,82	9,8
	Итого	546	76,45	19,89	21,93	79,08	585,14

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	200	10,24	4,06	4,26	15,56	118,26
715	Макаронные изделия отварные № 309-2011	150	16,47	5,24	4,28	31,02	183,67
769	Компот из сухофруктов № 495-2021	200	6,42	0,46	0	19,78	78,1
616	Хлеб йодированный	49	3,48	3,77	0,39	25,04	117,6
905	Бедро ЦБ отварн, п/ф № 288-18	90	62,94	25,19	9,84	0,44	203,09
689	Салат из свеклы отварной № 52-2011	65	7,48	0,88	3,95	5,11	58,4
	Итого	754	107,03	39,6	22,72	96,95	759,12

1 неделя 4 день

Завтрак

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг, ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
600	Яблоки (порциями)	100	15,63	0,4	0,4	9,8	45
616	Хлеб йодированный	51	3,66	3,93	0,41	26,06	122,4
684	Чай с лимоном № 377-2011	214	3,15	0,14	0,03	10,12	39,93
1114	Запеканка из творог, с морк, с соусом молоч, № 224-2011	150	54,01	11,48	9,34	28,59	241,53
	Итого	515	76,45	15,95	10,18	74,57	448,86

Обед

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг, ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
722	Картофель отварной № 310-15	150	27,71	3,02	4,33	17,87	136,76
616	Хлеб йодированный	50	3,55	3,85	0,4	25,55	120
737	Щи из свежей капусты и картофеля №88-2011	200	11	1,35	4,88	7,39	78,85
1109	Тефтели из птицы с овощами 60/30 Акт от 19,12,23	90	45,96	11,54	11,13	9,08	180,78
709	Икра морковная № 75-2011	60	9,16	0,85	4,04	5,21	58,9
812	Компот из яблок № 342-11	180	7,85	0,14	0,14	12,51	50,31

615	Хлеб Бородинский	25	1,8	1,7	0,32	10,17	51,75
	Итого	755	107,03	22,45	25,24	87,78	677,35

1 неделя 5 день

Завтрак

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг, ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
731	Каша пшеничная с маслом № 302-2011	150	13,11	6,61	4,55	36,06	214,99
682	Чай с сахаром № 376-2011	200	2,02	0,1	0,02	9,52	36,77
616	Хлеб йодированный	35	2,52	2,69	0,28	17,89	84
878	Гуляш свиной 50/50 лопатка № 260-15	100	46,94	10,81	20,43	2,82	204,43
776	Салат из белокач,капусты с зел,горошком № 45-11	75	11,86	1,26	3,82	7,12	67,13
	Итого	560	76,45	21,47	29,1	73,41	607,32

Обед

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг, ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
779	Рассольник ленинградский № 96-11	200	14,31	1,68	4,09	13,38	99,29
608	Каша гречневая рассыпч, № 302-11	150	17,03	8,6	5,97	42,22	261,43
616	Хлеб йодированный	45	3,24	3,46	0,36	22,99	108
620	Компот из компотной смеси с/м ТТК от 03,07,20	200	15,44	0,49	0,07	12,71	53,65
1128	Птица, тушеная в соусе 50\40 № 290-15	90	42,18	14,44	10,77	2,41	164,74
615	Хлеб Бородинский	22	1,53	1,5	0,29	8,95	45,54
714	С-т из свежих огурцов № 20-15	65	13,3	0,49	4,51	1,61	43,71
	Итого	772	107,03	30,66	26,06	104,27	776,36

2 неделя 1 день

Завтрак

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг, ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
616	Хлеб йодированный	35	2,51	2,69	0,28	17,89	84
862	Яйца вареные № 209-15	40	16,77	5,08	4,6	0,28	62,8
1089	Каша вязкая молочная "Дружба" №175-2011	220	35,13	6,2	10,41	43	289,24

782	Масло (порциями) № 14-11	5	6,66	0,05	3,63	0,07	33,1
737	Сыр (порциями) № 15-2011	10	12,43	2,68	2,52	0	33,4
684	Чай с лимоном № 377-2011	200	2,95	0,13	0,03	9,46	37,32
	Итого	510	76,45	16,83	21,47	70,7	539,86

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	11,15	1,36	3,91	10,79	80,27
711	Фрикадельки из филе ЦБ со сметанным соусом № 297-2011	90	40,49	11,27	2,08	6,71	88,43
801	Каша пшеничная рассыпчатая № 302-11	160	13,48	7,05	6,07	40,54	248,79
600	Яблоки (порциями)	100	15,63	0,4	0,4	9,8	45
616	Хлеб йодированный	45	3,25	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
1048	Огурцы натуральные свежие № 71-15	70	13,93	0,56	0,7	1,82	9,8
615	Хлеб Бородинский	22	1,58	1,5	0,29	8,95	45,54
	Итого	887	107,03	25,94	14,09	120,65	715,79

2 неделя 2 день

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	49,73
616	Хлеб йодированный	45	3,23	3,46	0,36	22,99	108
600	Яблоки (порциями)	110	17,19	0,44	0,44	10,78	49,5
1114	Запеканка из tvor, с морк, с соусом молоч, № 224-2011	150	54,01	11,48	9,34	28,59	241,53
	Итого	505	76,45	15,48	10,16	71,88	448,76

Обед

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг, ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
615	Хлеб Бородинский	24	1,71	1,63	0,31	9,77	49,68

616	Хлеб йодированный	45	3,24	3,46	0,36	22,99	108
769	Компот из сухофруктов № 495-2021	180	5,77	0,41	0	17,8	70,29
761	Суп крестьянский с крупой № 98-11	200	8,7	1,74	4	11,04	87,34
600	Яблоки (порциями)	100	15,63	0,4	0,4	9,8	45
1106	Плов из птицы (окорочек БК) 50/150 № 291-15	200	64,95	17,12	17,58	39,75	380,06
973	Салат из белокачанной капусты № 45-15	60	7,03	0,93	3,05	5,59	52,92
	Итого	809	107,03	25,69	25,7	116,74	793,29

2 неделя 3 день

Завтрак

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг, ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
1112	Котлеты рублен, из птицы с сметанным соусом 70/20 № 295-11	90	41,7	11,94	6,93	9,69	150,72
616	Хлеб йодированный	36	2,55	2,77	0,29	18,4	86,4
608	Каша гречневая рассыпч, № 302-11	150	17,03	8,6	5,97	42,22	261,43
684	Чай с лимоном № 377-2011	200	2,95	0,13	0,03	9,46	37,32
709	Икра морковная № 75-2011	80	12,22	1,13	5,39	6,95	78,53
	Итого	556	76,45	24,57	18,61	86,72	614,4

Обед

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг, ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
616	Хлеб йодированный	48	3,46	3,7	0,38	24,53	115,2
764	Суп картофельный с макарон, изделиями № 103-11	200	11,95	2,11	2,22	16,37	95,66
1081	Каша ячневая (рассыпчатая) № 302-15	150	11,32	4,8	4,35	31,55	187,9
878	Гуляш свиной 50/50 лопатка № 260-15	90	42,24	9,73	22,89	2,54	255,99
599	Сок (на порцию)	180	25,63	0,9	0,18	17,82	82,8
1049	Помидоры натуральные свежие № 71-15	60	12,43	0,66	0,12	2,28	13,8
	Итого	728	107,03	21,9	30,14	95,09	751,35

2 неделя 4 день

Завтрак

№ рец	Наименование блюда		Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг, ценность, ккал,
-------	--------------------	--	---------	-----------------	--	--	------------------------

		Вес порции, г		Белки	Жиры	Углеводы	
682	Чай с сахаром № 376-2011	200	2,02	0,1	0,02	9,52	36,77
616	Хлеб йодированный	38	2,73	2,93	0,3	19,42	91,2
715	Макаронные изделия отварные № 309-2011	150	16,47	5,24	4,28	31,02	183,67
865	Тефтели гов, со см,соусом № 279-15	90	42,96	7,6	11,93	9,68	173,96
714	С-т из свежих огурцов № 20-15	60	12,27	0,46	4,17	1,48	40,34
	Итого	538	76,45	16,33	20,7	71,12	525,94

Обед

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг, ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
615	Хлеб Бородинский	27	1,94	1,84	0,35	10,99	55,89
616	Хлеб йодированный	50	3,55	3,85	0,4	25,55	120
1031	Жаркое по-домашнему (св, лопатка) 50/150 № 259-15	200	62,11	12,91	21,12	21,04	327,06
1113	Суп картофельный с рисом № 101-15	200	11,34	1,59	2,17	13,73	82,31
1054	Салат из свежих помидоров и огурцов № 24-15	60	12,65	0,59	3,86	2,3	44,88
620	Компот из компотной смеси с/м ТТК от 03,07,20	200	15,44	0,49	0,07	12,71	53,65
	Итого	737	107,03	21,27	27,97	86,32	683,79

2 неделя 5 день

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	150	12,64	6,61	5,69	38	233,24
616	Хлеб йодированный	46	3,27	3,54	0,37	23,51	110,4
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	48,38	9,13	7,8	2,13	115,52
689	Салат из свеклы отварной № 52-2011	80	9,21	1,08	4,87	6,29	71,88
	Итого	566	76,45	20,49	18,76	79,39	568,36

Обед

№ рец	Наименование блюда		Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг, ценность, ккал,
-------	--------------------	--	---------	-----------------	--	--	------------------------

		Вес порции, г		Белки	Жиры	Углеводы	
754	Суп картофель, с бобовыми № 102-11	200	10,24	4,06	4,26	15,56	118,26
703	Рыба, тушеная в томате с овощами № 229-2011	120	41,57	10,78	5,69	5,82	111,9
1087	Пюре картофельное № 312-15	150	28,15	3,16	4,69	19,71	135,84
615	Хлеб Бородинский	25	1,8	1,7	0,32	10,17	51,75
616	Хлеб йодированный	45	3,15	3,46	0,36	22,99	108
1053	Салат из свежих помидоров № 23-15	70	14,6	0,78	4,3	3,38	55,95
759	Напиток из плодов шиповника № 388-11	200	7,52	0,34	0,28	19,05	89,96
	Итого	810	107,03	24,28	19,9	96,68	671,66

"УТВЕРЖДАЮ"
Ген.директор АО "Ростовское школьное питание"

_____ Г.В. Круглова
29.08.2024 г.

ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ
для детей 12 лет и старше (ОВЗ)

Завтрак							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг, ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
729	Суп молочный с макаронами № 120-2011	250	24,96	5,73	4,73	20,91	149,79
737	Сыр (порциями) № 15-2011	20	24,87	5,36	5,04	0	66,8
1090	Какао с молоком №382-2011	200	21,17	3,97	3,2	25,78	144
616	Хлеб йодированный	49	3,5	3,77	0,39	25,04	117,6
600	Яблоки (порциями)	100	15,63	0,4	0,4	9,8	45
	Итого	619	90,13	19,23	13,76	81,53	523,19
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	19,89	0,8	1	2,6	14
680	Борщ с капустой и картофелем № 82-2011	250	13,94	1,7	4,89	13,48	100,34
608	Каша гречневая рассыпч, № 302-11	190	21,57	10,9	7,56	53,48	331,15
616	Хлеб йодированный	47	3,38	3,62	0,38	24,02	112,8
615	Хлеб Бородинский	30	2,16	2,04	0,39	12,21	62,1
1105	Биточки мясные № 268-2011	100	49,8	10,85	17,12	14,34	251,38
620	Компот из компотной смеси с/м ТТК от 03,07,20	200	15,44	0,49	0,07	12,71	53,65

	Итого	917	126,18	30,4	31,41	132,84	925,42
1 неделя 2 день							
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	52	3,75	4	0,42	26,57	124,8
1098	Плов из птицы (филе) 55/175 № 291-15	230	69,67	18,46	15,02	45,72	386,35
708	Икра свекольная № 75-2011	100	14,69	1,54	6,74	10,76	106,08
	Итого	582	90,13	24,1	22,2	92,57	654
Обед							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг, ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
764	Суп картофельный с макарон, изделиями № 103-11	250	14,93	2,64	2,77	20,46	119,58
703	Рыба, тушеная в томате с овощами № 229-2011	110	38,11	9,88	5,21	5,33	102,57
600	Яблоки (порциями)	100	15,63	0,4	0,4	9,8	45
1087	Пюре картофельное № 312-15	180	33,78	3,79	5,62	23,65	163,01
616	Хлеб йодированный	45	3,23	3,46	0,36	22,99	108
615	Хлеб Бородинский	28	2,02	1,9	0,36	11,4	57,96
973	Салат из белокочанной капусты № 45-15	100	11,71	1,55	5,08	9,32	88,2
759	Напиток из плодов шиповника № 388-11	180	6,77	0,31	0,25	17,15	80,97
	Итого	993	126,18	23,93	20,05	120,1	765,29
1 неделя 3 день							
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	180	15,17	7,93	6,83	45,6	279,89
682	Чай с сахаром № 376-2011	190	1,92	0,09	0,02	9,05	34,93
616	Хлеб йодированный	40	2,83	3,08	0,32	20,44	96
1107	Котлеты мясные (особые) № 269-2011	100	50,32	10,95	16,93	12,6	243,26

1048	Огурцы натуральные свежие № 71-15	100	19,89	0,8	1	2,6	14
	Итого	610	90,13	22,85	25,1	90,29	668,08

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	12,8	5,08	5,33	19,45	147,83
715	Макаронные изделия отварные № 309-2011	180	19,76	6,29	5,13	37,22	220,41
769	Компот из сухофруктов № 495-2021	200	6,42	0,46	0	19,78	78,1
616	Хлеб йодированный	50	3,6	3,85	0,4	25,55	120
615	Хлеб Бородинский	30	2,16	2,04	0,39	12,21	62,1
905	Бедро ЦБ отварн, п/ф № 288-18	100	69,93	27,99	10,93	0,49	225,66
689	Салат из свеклы отварной № 52-2011	100	11,51	1,35	6,08	7,87	89,85
	Итого	910	126,18	47,06	28,26	122,57	943,95

1 неделя 4 день

Завтрак

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг, ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
600	Яблоки (порциями)	150	23,44	0,6	0,6	14,7	67,5
616	Хлеб йодированный	35	2,53	2,69	0,28	17,89	84
684	Чай с лимоном № 377-2011	200	2,95	0,13	0,03	9,46	37,32
1114	Запеканка из творог, с морк, с соусом молоч, № 224-2011	170	61,21	13,01	10,58	32,4	273,73
	Итого	555	90,13	16,43	11,49	74,45	462,55

Обед

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг, ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
722	Картофель отварной № 310-15	180	33,25	3,63	5,19	21,45	164,11
616	Хлеб йодированный	45	3,19	3,46	0,36	22,99	108
737	Щи из свежей капусты и картофеля №88-2011	250	13,75	1,69	6,1	9,24	98,56
1109	Тефтели из птицы с овощами 65/35 Акт от 19,12,23	100	51,07	12,83	12,37	10,09	200,87
615	Хлеб Бородинский	25	1,8	1,7	0,32	10,17	51,75

709	Икра морковная № 75-2011	100	15,27	1,41	6,74	8,69	98,16
812	Компот из яблок № 342-11	180	7,85	0,14	0,14	12,51	50,31
	Итого	880	126,18	24,86	31,22	95,14	771,76

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 белокач,капусты с зел,горошком № 45-11	110	17,39	1,85	5,6	10,45	98,45
731	Каша пшеничная с маслом № 302-2011	180	15,73	7,93	5,46	43,28	257,99
682	Чай с сахаром № 376-2011	200	2,02	0,1	0,02	9,52	36,77
616	Хлеб йодированный	47	3,36	3,62	0,38	24,02	112,8
878	Гуляш свиной 55/55 лопатка № 260-15	110	51,63	11,89	27,98	3,1	312,87
	Итого	647	90,13	25,39	39,44	90,37	818,88

Обед

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг, ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
779	Рассольник ленинградский № 96-11	250	17,89	2,1	5,11	16,72	124,11
643	Птица, тушеная в соусе № 290-15	100	46,35	15,77	11,82	2,74	180,82
608	Каша гречневая рассыпч, № 302-11	180	20,43	10,32	7,16	50,67	313,72
615	Хлеб Бородинский	30	2,15	2,04	0,39	12,21	62,1
620	Компот из компотной смеси с/м ТТК от 03,07,20	200	15,44	0,49	0,07	12,71	53,65
616	Хлеб йодированный	48	3,46	3,7	0,38	24,53	115,2
714	С-т из свежих огурцов № 20-15	100	20,46	0,76	6,94	2,47	67,24
	Итого	908	126,18	35,18	31,87	122,05	916,84

1 неделя 6 день

Завтрак

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг, ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
684	Чай с лимоном № 377-2011	200	2,95	0,13	0,03	9,46	37,32
1111	Шницель мясной № 268-2011	90	44,82	9,77	15,4	12,91	226,24

616	Хлеб йодированный	42	3	3,23	0,34	21,46	100,8
594	Рис отварной № 304-2011	170	23,55	4,19	6,15	40,7	220,29
776	Салат из белокач,капусты с зел,горошком № 45-11	100	15,81	1,68	5,09	9,5	89,5
	Итого	602	90,13	19	27,01	94,03	674,15

Обед

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг, ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
715	Макаронные изделия отварные № 309-2011	180	19,76	6,29	5,13	37,22	220,41
616	Хлеб йодированный	50	3,6	3,85	0,4	25,55	120
615	Хлеб Бородинский	33	2,39	2,24	0,43	13,43	68,31
804	Мясо тушеное свин, № 256-11	90	41,97	9,68	22,89	2,22	254,57
776	Салат из белокач,капусты с зел,горошком № 45-11	100	15,81	1,68	5,09	9,5	89,5
1113	Суп картофельный с рисом № 101-15	250	14,17	1,99	2,71	17,16	102,89
599	Сок (на порцию)	200	28,48	1	0,2	19,8	92
	Итого	903	126,18	26,73	36,85	124,88	947,68

2 неделя 1 день

Завтрак

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг, ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
616	Хлеб йодированный	41	2,94	3,16	0,33	20,95	98,4
862	Яйца вареные № 209-15	40	16,77	5,08	4,6	0,28	62,8
684	Чай с лимоном № 377-2011	214	3,15	0,14	0,03	10,12	39,93
1089	Каша вязкая молочная "Дружба" №175-2011	260	41,52	7,33	12,3	50,82	341,83
737	Сыр (порциями) № 15-2011	10	12,43	2,68	2,52	0	33,4
782	Масло (порциями) № 14-11	10	13,32	0,1	7,25	0,14	66,2
	Итого	575	90,13	18,49	27,03	82,31	642,56

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	250	13,94	1,7	4,89	13,48	100,34

711	Фрикадельки из филе ЦБ со сметанным соусом № 297-2011	100	44,99	12,52	2,31	7,46	98,25
801	Каша пшенная рассыпчатая № 302-11	180	15,17	7,93	6,83	45,6	279,89
600	Яблоки (порциями)	130	20,31	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	46	3,31	3,54	0,37	23,51	110,4
1048	Огурцы натуральные свежие № 71-15	100	19,89	0,8	1	2,6	14
759	Напиток из плодов шиповника № 388-11	180	6,77	0,31	0,25	17,15	80,97
	Итого	1011	126,18	29,02	16,49	132,71	794,1

2 неделя 2 день

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	42	2,98	3,23	0,34	21,46	100,8
600	Яблоки (порциями)	130	20,31	0,52	0,52	12,74	58,5
1114	Запеканка из творог, с морк, с соусом молоч, № 224-2011	180	64,82	13,77	11,21	34,31	289,83
	Итого	552	90,13	17,62	12,09	78,03	485,9

Обед

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг, ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
615	Хлеб Бородинский	34	2,45	2,31	0,44	13,84	70,38
616	Хлеб йодированный	45	3,22	3,46	0,36	22,99	108
769	Компот из сухофруктов № 495-2021	200	6,42	0,46	0	19,78	78,1
761	Суп крестьянский с крупой № 98-11	250	10,87	2,17	5	13,8	109,17
600	Яблоки (порциями)	170	26,56	0,68	0,68	16,66	76,5
1106	Плов из птицы (окорочек БК) 50/150 № 291-15	200	64,95	17,12	17,58	39,75	380,06
973	Салат из белокачанной капусты № 45-15	100	11,71	1,55	5,08	9,32	88,2
	Итого	999	126,18	27,75	29,14	136,14	910,41

2 неделя 3 день

Завтрак

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг, ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
616	Хлеб йодированный	53	3,81	4,08	0,42	27,08	127,2
608	Каша гречневая рассыпч, № 302-11	190	21,57	10,9	7,56	53,48	331,15
684	Чай с лимоном № 377-2011	214	3,15	0,14	0,03	10,12	39,93
709	Икра морковная № 75-2011	100	15,27	1,41	6,74	8,69	98,16
1112	Котлеты рублен, из птицы с сметанным соусом 75/25 № 295-11	100	46,33	13,27	7,7	10,77	167,46
	Итого	657	90,13	29,8	22,45	110,14	763,9

Обед

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг, ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
616	Хлеб йодированный	51	3,63	3,93	0,41	26,06	122,4
764	Суп картофельный с макарон, изделиями № 103-11	250	14,93	2,64	2,77	20,46	119,58
1081	Каша ячневая (рассыпчатая) № 302-15	190	14,34	6,08	5,51	39,97	238,01
878	Гуляш свиной 50/50 лопатка № 260-15	100	46,94	10,81	25,43	2,82	284,43
599	Сок (на порцию)	180	25,63	0,9	0,18	17,82	82,8
1049	Помидоры натуральные свежие № 71-15	100	20,71	1,1	0,2	3,8	23
	Итого	871	126,18	25,46	34,5	110,93	870,22

2 неделя 4 день

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	53	3,83	4,08	0,42	27,08	127,2
715	Макаронные изделия отварные № 309-2011	190	20,86	6,64	5,42	39,29	232,65
865	Тефтели гов, со см,соусом № 279-15	90	42,96	7,6	11,93	9,68	173,96
714	С-г из свежих огурцов № 20-15	100	20,46	0,76	6,94	2,47	67,24
	Итого	633	90,13	19,18	24,73	88,04	637,82

Обед

№ рец	Наименование блюда		Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг, ценность, ккал,
-------	--------------------	--	---------	-----------------	--	--	------------------------

		Вес порции, г		Белки	Жиры	Углеводы	
615	Хлеб Бородинский	25	1,8	1,7	0,32	10,17	51,75
616	Хлеб йодированный	45	3,26	3,46	0,36	22,99	108
1031	Жаркое по-домашнему (св, лопатка) 55/165 № 259-15	220	68,32	14,2	23,24	23,15	359,76
1113	Суп картофельный с рисом № 101-15	250	14,17	1,99	2,71	17,16	102,89
620	Компот из компотной смеси с/м ТТК от 03,07,20	200	15,44	0,49	0,07	12,71	53,65
1054	Салат из свежих помидоров и огурцов № 24-15	110	23,19	1,07	7,08	4,21	82,28
	Итого	850	126,18	22,91	33,78	90,39	758,33

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	90	10,36	1,22	5,47	7,08	80,86
801	Каша пшеничная рассыпчатая № 302-11	180	15,17	7,93	6,83	45,6	279,89
616	Хлеб йодированный	41	2,9	3,16	0,33	20,95	98,4
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	58,75	10,98	12,23	2,36	163,1
	Итого	611	90,13	23,42	24,89	85,45	659,57

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	250	12,8	5,08	5,33	19,45	147,83
703	Рыба, тушеная в томате с овощами № 229-2011	130	45,04	11,68	6,16	6,3	121,22
1087	Пюре картофельное № 312-15	180	33,78	3,79	5,62	23,65	163,01
615	Хлеб Бородинский	30	2,15	2,04	0,39	12,21	62,1
616	Хлеб йодированный	56	4,03	4,31	0,45	28,62	134,4
759	Напиток из плодов шиповника № 388-11	200	7,52	0,34	0,28	19,05	89,96
1053	Салат из свежих помидоров № 23-15	100	20,86	1,11	6,14	4,83	79,93
	Итого	946	126,18	28,35	24,37	114,11	798,45

2 неделя 6 день

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	48	3,44	3,7	0,38	24,53	115,2
878	Гуляш свиной 50/50 лопатка № 260-15	100	46,94	10,81	25,43	2,82	284,43
715	Макаронные изделия отварные № 309-2011	190	20,86	6,64	5,42	39,29	232,65
1054	Салат из свежих помидоров и огурцов № 24-15	80	16,87	0,78	5,15	3,06	59,84
	Итого	618	90,13	22,03	36,4	79,22	728,89
Обед							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг, ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
1109	Тефтели из птицы с овощами 60/30 Акт от 19,12,23	90	45,96	11,54	11,13	9,08	180,78
779	Рассольник ленинградский № 96-11	250	17,89	2,1	5,11	16,72	124,11
731	Каша пшеничная с маслом № 302-2011	180	15,73	7,93	5,46	43,28	257,99
616	Хлеб йодированный	45	3,24	3,46	0,36	22,99	108
1115	Кисель из ягод № 350-11	200	17,92	0,15	0,1	32,72	127,33
615	Хлеб Бородинский	31	2,25	2,11	0,4	12,62	64,17
1054	Салат из свежих помидоров и огурцов № 24-15	110	23,19	1,07	7,08	4,21	82,28
	Итого	906	126,18	28,36	29,64	141,62	944,66

"УТВЕРЖДАЮ"

Генеральный директор

АО "Ростовское школьное питание"

Г.В. Круглова

30.08.2024

АКЦИОНЕРНОЕ ОБЩЕСТВО "РОСТОВСКОЕ ШКОЛЬНОЕ ПИТАНИЕ"
МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА

Холодные закуски, напитки							
№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг, ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
915	Бутерброд с колбасой п/к № 6-15	50	22,63	5,73	7	15,35	146,6
916	Бутерброд с сыром № 3-15	50	27,47	6,35	7,64	14,65	154,6
1069	Бутерброды горячие с сыром № 7-15	50	28,81	6,36	8,97	15,38	166,98
1070	Бутерброды горячие с колбасой № 8-15	60	32,72	7,63	7,84	15,5	162,65
1078	Бутерброд с в/к ветчиной № 6-15 (40/50)	90	36,16	8,17	10,72	25,63	230,8
701	Салат из квашеной капусты № 47-2011	100	18,59	1,6	4,99	7,68	83,39
760	Салат из соленых огурцов с луком № 21-11	100	25,12	0,86	5,08	2,66	61,63
776	Салат из белокач,капусты с зел,горошком № 45-11	100	15,81	1,68	5,09	9,5	89,5
787	Огурцы соленые (порциями) № 70-11	100	27,75	0,8	0,1	1,6	13
973	Салат из белокачанной капусты № 45-15	100	11,71	1,55	5,08	9,32	88,2
712	С-г Греческий Акт от 30,03,2022	150	77,6	6,33	24,09	3,66	255,11
1048	Огурцы натуральные свежие № 71-15	100	19,89	0,8	1	2,6	14
1049	Помидоры натуральные свежие № 71-15	100	20,71	1,1	0,2	3,8	23
1050	С-г зеленый с огурцами и помидорами № 19-15	100	43,65	1,06	6,47	2,73	70,75
714	С-г из свежих огурцов № 20-15	100	20,46	0,76	6,94	2,47	67,24
1053	Салат из свежих помидоров № 23-15	100	20,86	1,11	6,14	4,83	79,93
1054	Салат из свежих помидоров и огурцов № 24-15	100	21,08	0,98	6,44	3,83	74,8
1055	Салат из свежих помидоров со сладким перцем № 27-15	100	29,78	1,12	6,11	3,92	76,23
1056	Салат Весна № 28-15	100	49,01	1,78	6,1	2,68	69,7
1057	Салат из редиса № 30-15	100	41,23	2,53	7,45	3,2	89,97
1058	Салат из редиса с огурцами и яйцом № 31-15	100	32,13	2,39	7,74	2,85	87,97

1059	Салат Летний № 34-15	100	28,69	2,44	7,56	6,87	104,36
1060	Салат Витаминный (2-й вариант) № 49-15	100	27,85	1,59	6,07	9,54	98,09
1077	Салат из квашеной капусты с зел, горошком № 47-15	100	28,65	2,07	3,56	7,45	70,92
689	Салат из свеклы отварной № 52-2011	100	11,51	1,35	6,08	7,87	89,85
753	Винегрет овощной № 67-11	100	16,69	1,39	10,12	7,47	127,59
763	Салат из свеклы с зеленым горошком № 53-11	100	23,69	1,63	4,16	7,98	75,01
834	Салат из свеклы с сыром и чесноком № 50-15	100	28,46	5,18	8,85	6,6	125,29
836	Винегрет овощной с зел, горошком № 67-15	100	19,5	1,57	10,13	7,93	129,99
839	Лобио из фасоли Акт контр,отраб, от 05,12,2014	100	39,2	4,7	8,2	12,61	143,25
628	Салат Цезарь с курицей акт от 30,03,2022	100	69,67	12,56	8,71	13,49	184,02
832	Салат Столичный Акт от 30,11,22	150	55,56	11,16	4,34	8,14	119,87
632	Салат кукурузный с куриной грудкой Акт от от 30,03,22	180	126,27	18,07	12,59	13,9	245,59
902	Салат мясной Оливье Акт от 30,03,22	100	41,93	4,18	6,91	7,54	110,65
737	Сыр (порциями) № 15-2011	100	124,35	26,8	25,2	0	334
621	Икра кабачковая конс, № 150-21	100	30,4	2	9	8,54	122
782	Масло (порциями) № 14-11	15	19,99	0,15	10,88	0,21	99,3
784	Зеленый горошек (порциями) 2011	100	51,69	3,1	0,2	6,5	40
716	Сметана на порции	100	72	2,57	14,7	3,33	155,82
759	Напиток из плодов шиповника № 388-11	200	7,52	0,34	0,28	19,05	89,96
769	Компот из сухофруктов № 495-2021	200	6,42	0,46	0	19,78	78,1
620	Компот из компотной смеси с/м ТТК от 03,07,20	200	15,44	0,49	0,07	12,71	53,65
811	Компот из яблок и вишни № 344-11	200	19,21	0,24	0,12	14,06	57,3
812	Компот из яблок № 342-11	200	8,72	0,16	0,16	13,9	55,9
670	Компот из клубники замороженной № 491-21	200	11,3	0,16	0,08	11,48	46,1
942	Компот из вишни замороженной № 491-21	200	15,48	0,16	0,04	12,1	48,3
766	Кисель из плодов и ягод № 350-11	200	20,28	0,14	0,05	18,94	77,42
682	Чай с сахаром № 376-2011	210	2,12	0,1	0,03	10	38,61
684	Чай с лимоном № 377-2011	214	3,15	0,14	0,03	10,12	39,93
681	Какао с молоком сгущенным № 383-2011	200	27,59	3,7	3,93	24,39	144,38
1144	Какао с молоком №382-2011	200	21,17	3,97	3,2	25,78	144
599	Сок (на порцию)	200	28,48	1	0,2	19,8	92
1092	Колбаса (порциями) № 16-15	100	102,33	17,1	33,8	0,1	373
1154	Компот ягодный Акт от 14,09,2023	200	28,01	0,35	0,11	14,39	58,72

1155	Морковь маринованная Акт от 27,09,2023	100	14,38	1,09	7,48	7,53	98,55
1157	Салат из капусты белокочанной и огурцов № 5-21	100	18,94	1,21	6,43	3,36	72,9
1184	Салат Коул Слоу Акт от 12,12,23	100	29,64	1,39	3,12	8,26	66,36

Завтрак

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг, ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
717	Каша вязкая молочная из риса и пшена" Дружба" № 175-2011	190	38,99	5,36	10,74	39,26	273,96
1143	Каша вязкая молочная "Дружба" №175-211	190	30,34	5,36	8,99	37,14	249,8
803	Каша рисовая молочная вязкая № 174-11	210	38,41	6,12	10,09	41,82	284,27
809	Каша пшеничная молочная вязкая № 173-11	210	34,15	8,76	10,3	41,95	296,94
797	Каша манная жидкая № 181-11	210	32,25	6,23	10,03	31,5	241,85
800	Каша пшеничная молочная (жидкая) № 232-21	210	32,86	7,62	10,17	34,72	261,9
785	Омлет натуральный № 210-11	150	61,28	15,08	16,73	2,87	221,07
862	Яйца вареные № 209-15	40	16,77	5,08	4,6	0,28	62,8
738	Запеканка из твор, с морк, со сгущ,молоком № 224-2011	120	59,77	12,09	9,71	34,71	270,5
884	Сырники из творога с молоком сгущенным № 219-15	120	78,92	18,31	12,5	23,3	276,02
883	Сырники из творога с молочным соусом № 219-15	120	69,53	17,27	11,88	13,48	228,72
1041	Запеканка из творога № 279-21	100	67,92	15,75	9,41	15,07	207,47
711	Запеканка рисовая с творогом № 282-21	150	47,95	10,29	7,13	41,65	272,94
1079	Запеканка рисовая с творогом и соусом молочным сл, № 282-21	195	60,55	11,11	12,37	46,9	343,75
1099	Каша овсяная (вязкая) молочная с изюмом №173-11	330	48,64	12,04	14,98	51,37	389,44
1147	Омлет с сыром № 211-15	150	95,7	18,59	27,75	2,71	334,36
1159	Плов сладкий № 196-15	200	52,89	4,66	8,59	77,04	402,31
1167	Сырники из творога с вишнёвым соусом № 219-15	150	93,16	20,41	12,82	33,65	324,51
1119	Блинчики со сгущенным молоком № 398-15	145	60,71	7,92	6,72	49,55	288,22
1174	Блинчики с фруктовой начинкой и слив, маслом Акт 13,09,23	65	25,86	2	5,43	12,26	113,61
1175	Блинчики с фруктовой начинкой Акт 13,09,23	60	19,2	1,95	2,46	12,2	84,48
1180	Блинчики со сметаной Акт от 04,12,23	145	62,66	6,95	7,72	39	253,8

Первые блюда

№ 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	250	13,94	1,7	4,89	13,48	100,34
757	Борщ с фасолью и картофелем № 84-11	250	15,93	3,47	5,08	15,79	122,69
1013	Борщ с капустой и картоф, с говядиной № 82-15	250	62,16	9,66	5,92	11,98	89,19
1014	Борщ с капустой, картоф,, филе ЦБ № 82-15	250	42,22	10,15	6,04	11,91	140,8
779	Рассольник ленинградский № 96-11	250	17,89	2,1	5,11	16,72	124,11
609	Суп картофельный № 97-11	250	18,26	2,37	2,81	19,69	115,99
754	Суп картоф, с бобовыми № 102-11	250	12,8	5,08	5,33	19,45	147,83
761	Суп крестьянский с крупой № 98-11	250	10,87	2,17	5	13,8	109,17
764	Суп картофельный с макарон, изделиями № 103-11	250	14,93	2,64	2,77	20,46	119,58
767	Суп из овощей № 99-11	250	16,26	1,75	4,98	11,36	97,44
840	Суп карт, с бобовыми и птицей № 102-15	250	41,23	13,09	6,42	17,1	182,09
841	Суп картоф,с мясными фрикадельками № 104-15	250	47,02	8,47	6,22	15,95	156,58
706	Суп картофельный с рисом и филе ЦБ № 101-15	250	42,43	10,41	4,15	15,11	143,02
1083	Суп картоф, с горохом и филе ц/б № 102-15	250	41,03	13,07	6,42	16,91	181,38
751	Суп с макаронными изделиями № 111-11	250	7,27	2,26	5,02	15,59	117,64
634	Суп-харчо № 154-96	250	61,12	9,92	10,27	14,14	142,63
907	Суп-лапша домашняя № 113-15	250	28,95	11,87	9,79	12,71	190,12
908	Солянка сборная мясная № 110-21	250	62,63	7,8	8,1	3,66	87,89
1012	Суп с лашой, филе ЦБ № 111-15	250	36,42	10,73	6,17	13,74	156,39
729	Суп молочный с макаронами № 120-2011	250	24,96	5,73	4,73	20,91	149,79
737	Щи из свежей капусты и картофеля №88-2011	250	13,43	1,69	4,92	9,24	87,77
1199	Щи из свежей капусты и картофеля с филе ЦБ № 88-2011	250	41,79	9,86	6,06	8,22	129,31
1088	Суп картофельный с клецками № 108-15	250	16,77	3,84	4,97	23,08	155,67

Гарниры

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг, ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
887	Брокколи отварная с маслом слив, Акт МУП	150	86,31	6,25	10,64	7,47	149,16
722	Картофель отварной № 310-15	150	27,71	3,02	4,33	17,87	136,76
1087	Пюре картофельное № 312-15	150	28,15	3,16	4,69	19,71	135,84
708	Икра свекольная № 75-2011	150	22,03	2,3	10,1	16,14	159,12
709	Икра морковная № 75-2011	150	22,91	2,12	10,1	13,03	147,24
1075	Рагу из овощей № 143-15	150	34,96	2,14	11,36	10,14	160,98

1125	Капуста тушеная № 139-15	150	22,48	2,94	5,5	13,7	113,81
633	Фасоль зеленая стручковая жареная Акт от 28,08,18	150	49,29	3,81	5,79	6,59	89,42
889	Картофель фри, Акт	100	52,3	2,72	9,18	26,52	209,99
891	Картофель по-деревенски Акт	150	36,29	3,58	15,73	26,65	268,94
731	Каша пшеничная с маслом № 302-2011	150	13,11	6,61	4,55	36,06	214,99
608	Каша гречневая рассыпч, № 302-11	150	17,03	8,6	5,97	42,22	261,43
801	Каша пшенная рассыпчатая № 302-11	150	12,64	6,61	5,69	38	233,24
1081	Каша ячневая (рассыпчатая) № 302-15	150	11,32	4,8	4,35	31,55	187,9
872	Рис припущенный № 305-15	150	18,4	3,58	4,29	34,88	174,72
594	Рис отварной № 304-2011	150	20,78	3,7	5,43	35,91	194,37
875	Рис цветной (мекс, смесь) Акт конт,прор,от 28,08,18	150	33,44	5,06	9,44	29,7	207,11
715	Макаронные изделия отварные № 309-2011	150	16,47	5,24	4,28	31,02	183,67
755	Макароны отварные с сыром № 204-11	200	60,87	14,36	14,47	34,15	327,8
1100	Соте из овощей Акт от 28,08,18	150	42,12	1,93	5,48	7,87	86,59
1190	Картофель бейби запеченный Акт от 08,12,23	150	41,29	2,34	5,82	14,82	137,85
1276	Лапша удон с овощами и филе ЦБ п/ф Акт от 14,05,24	220	96,79	18,28	13,29	33	313,95

Вторые блюда

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг, ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
1035	Перец фаршированный мясом с рисом, с соусом № 286-15	160	77,04	10,63	8,67	11,72	168,36
703	Рыба, тушеная в томате с овощами № 229-2011	150	51,97	13,48	7,11	7,27	139,87
863	Рыба жареная № 230-15	100	55,7	15,18	7,54	4,13	142,09
704	Котлеты или биточки рыбные № 234-2011	100	36,63	11,18	9,24	15,98	180,03
765	Шницель рыбный натуральный № 235-11	90	44,97	11,56	6,98	8,44	137,8
622	Котлета Нежная № 373-21	100	54,23	16,76	6,09	11,46	164,12
644	Сардельки отварные № 243-15	80	54,49	8,88	14,17	0,39	172,67
861	Сосиски отварные № 243-15	50	36,53	5,06	9,47	0,1	107,61
631	Печень по-строгановски № 255-15	100	74,22	12,36	6,62	3,56	139,45
639	Отбивная свиная в панировке №381-96	80	63,41	14,81	27,25	8,4	336,2
641	Мясо по - французки Акт от 01,02,21	160	164,02	26,33	38,99	4,38	461,76
859	Поджарка свиная № 251-15	65	48,4	10,78	27,31	2,45	299,81

752	Печень тушеная в соусе 261-11	100	77,94	13,41	8,52	5,42	166,95
804	Мясо тушеное свин, № 256-11	100	46,63	10,76	25,44	2,47	282,85
805	Мясо тушеное говяд, № 256-11	100	95,5	15,72	7,69	2,47	54,38
878	Гуляш свиной 50/50 лопатка № 260-15	100	46,94	10,81	25,43	2,82	284,43
879	Гуляш говяжий 50/50, № 260-15	100	91,35	15,03	7,54	2,82	57,72
1028	Рагу из свинины (лопатка) 50/150 № 263-15	200	63,72	13,05	30,23	20	400,73
1030	Жаркое по-домашнему (св, лопатка) 50/125 № 259-15	175	59,02	12,48	21,05	17,53	310,63
1031	Жаркое по-домашнему (св, лопатка) 50/150 № 259-15	200	62,11	12,91	21,12	21,04	327,06
1032	Жаркое по-домашнему (говяд,газобедренная) 50/150 № 259-15	200	106,53	17,81	2,41	21,04	177,39
1073	Говядина тушеная в сметане № 264-15	100	113,07	16,21	11,27	1,83	85,95
865	Тефтели гов, со см,соусом № 279-15	135	64,45	11,4	17,89	14,51	260,95
648	Люля-кебаб из говядины № 428-96	81	86,48	16,65	10,63	1,51	166,71
1036	Голубцы с мясом и рисом № 287-15	158	52,82	9,13	8,67	10,64	160,91
717	Запеканка картофельная с печенью № 291-2012	190	71,96	10,82	7,98	29,71	242,13
630	Филе ЦБ запеченное П/ф акт от 27,10,2022	100	96,77	27,41	2,86	0,17	144,22
635	Шницель из птицы ТТК от 21,05,2018	100	63,7	15,59	8,93	12,68	194,37
636	Рулетики куриный с сыром ТТК от 18,01,18	100	116,54	30,18	10,12	0,63	195,33
640	Филе птицы, запеченное с сыром Акт от 30,10,2013	90	75,61	18,3	3,56	0,81	133,22
642	Шницель из птицы Акт от 21,05,2018	100	63,7	15,59	4,12	13,09	172,5
645	Шашлычок из филе ЦБ Акт от 17,11,20	80	74,96	18,47	3,38	1,06	89,98
870	Люля-кебаб из птицы № 428-96	81	66,86	19,1	1,95	1,76	104,19
880	Плов из птицы 50/150, № 291-15	200	50,01	17,12	17,58	39,75	380,06
652	Котлета Сочная с помидором и сыром Акт от 29,11,2022	120	88,87	23,05	10,08	2,23	197,84
895	Отбивная куриная в панировке Акт от 16,02,16	80	54,74	16,13	3,09	7,64	136,72
905	Бедро ЦБ отварн, п/ф № 288-18	100	69,93	27,99	10,93	0,49	225,66
910	Наггетсы Школьные Акт контр, отр,	100	79,65	23,08	4,78	5,51	187,5
1021	Плов из говядины односортн, 50/150 № 265-15	200	104,41	17,84	10,39	38,75	232,32
1015	Плов из птицы (бедро) 80/200 № 291-15	280	75,43	26,38	25,34	53,01	538,28
1025	Рагу из птицы (бедро ЦБ) 100/200 № 289-15	300	91,63	29,86	24,61	25,84	443,08
1026	Рагу из птицы (бедро ЦБ) 80/160 № 289-15	240	73,32	23,89	19,69	20,67	354,46
708	Поджарка из филе ЦБ Акт от 16,02,2016	75	62,71	17,61	2,89	2,58	122,04
1037	Птица жареная (бедро) № 293-15	100	71,34	29,39	10,96	0,07	201,49
820	Птица отварная П/ф № 288-15	100	92,32	25,76	3,98	0,49	142,2

711	Фрикадельки из филе ЦБ со сметанным соусом № 297-2011	110	49,49	13,78	2,55	8,2	108,08
781	Котлеты рублен, из филе ЦБ № 295-11	90	48,25	15,09	6,85	12,34	170,22
1100	Бефстроганов из тазоб, гов, № 250-15	100	110,09	16,51	16,66	5,57	238,07
1148	Шницель натуральный рубленный № 267-15	80	80,06	14,83	15,76	8,17	222,26
1149	Птица отварная № 288-15	100	92,03	25,72	3,98	0,24	141,25
1207	Кордон блю Акт от 06,02,2024	135	97,78	19,64	7,78	24,14	297
1169	Руллет из птицы с омлетом и морковью Акт от 27,09,23	100	117,54	29,46	15,2	8,91	271,53
1178	Филе птицы на гриле с томатами и моцареллой Акт от 01,12,23	90	99,98	16,77	6,54	1,12	133,93
1151	Куриное филе с овощами Акт от 15,11,23	150	72,52	10,84	6,11	11,39	141,71
1101	Филе хека в хрустящей панировке Акт от 08,12,23	120	106,82	11,76	9,59	16,52	199,35
1192	Минтай запеченный Акт от 15,12,23	140	89,91	15,57	13,07	1,32	190,48
1209	Шницель из филе ЦБ Акт от 06,02,24	135	74,17	15,84	6,01	27,36	254,72
1212	Котлета по-киевски Акт от 06,02,2024	135	112,29	19,24	10,9	41,52	409,81
1108	Пельмени свино-куриные Акт от 06,02,2024	120	51,42	13,01	13,66	21,91	263,85
1127	Плов из птицы (филе) 50/150 № 291-15	200	60,58	16,05	13,06	39,75	335,96

Выпечка

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг, ценность, ккал,
				Белки	Жиры	Углеводы	
1006	Сосиска, запечен, в тесте 50/50 № 420-15	100	42,17	9,2	12,11	29,04	267,54
593	Сэндвич с запеченным филе ЦБ	80	36,95	6,65	2,2	14,97	92,86
709	Фреш роллы с курицей Акт от 16,12,2019	220	90,7	18,94	10,69	29,62	289,64
658	Булка сдобная с яблоками и вишней Акт	110	47,03	5,71	8,03	48,17	286,47
659	Булочка шоколадная с кокос, стружкой Акт от 21,11,13	100	24,48	7,72	14,51	51,06	367,39
660	Булочка Сладкая Акт от 21,11,13	100	30,93	8,54	11,84	61,7	385,61
665	Ватрушки с повидлом № 410-15	75	12,61	4,48	2,34	44,32	216,37
927	Ватрушки с творогом № 410-15	75	23,47	8,73	3,75	29,36	187,77
667	Пирожок печеный с картофелем № 406-15	100	15,86	6,09	6,75	37	236,16
931	Пирожок печеный со св, капустой № 406-15	100	16,75	6,22	9,19	33,02	241,2
933	Пирожок печеный с мясом № 406-15	100	56,8	14,84	11,92	30,59	289,3
937	Пирожок печеный с яблоками № 406-15	100	18,75	5,33	5,08	46,26	253,02
943	Пирожок с фруктовой начинкой № 406-15	100	29,96	5,16	4,91	52,87	280,12
944	Пирожок печеный с повидлом № 406-15	100	18,83	5,33	4,91	56,68	291

671	Плюшка маковая Акт от 21,11,16	100	27,44	6,44	13,04	58,92	376,4
672	Пицца Школьная № 413-15	100	48,83	10,15	12,89	29,75	279,51
674	Гамбургер Школьный Акт	125	49,46	14,53	8,45	34,93	278,36
1153	Гамбургер Школьный Акт от 16,11,2023	200	72,65	20,82	12,8	63,59	457,27
676	Крендель Сахарный № 415-15	50	8,59	3,28	6,11	28,85	181,75
675	Жульен Школьный Акт	150	72,19	22,12	18,26	46,45	439,94
965	Рогалик (завиток) с шоколадной начинкой Акт от 05,02,2016	75	28,26	5,19	17,16	43,7	347,78
966	Рогалик (завиток) с повидлом Акт от 05,02,2016	75	19,72	4,86	10,52	44,74	290,09
967	Рогалик (завиток) с ванильной начинкой Акт от 05,02,2016	75	24,5	4,99	11,63	41,02	293,08
686	Хачапури Акт 30,10,2013 г	100	49,93	10,68	21,67	28,38	359,75
987	Хачапури из слоеного пресного теста с сыром Акт 30,10,13	100	42,35	9,82	19,23	30,53	342,21
1160	Пицца с ветчиной Акт от 18,09,2023	100	56,13	12,49	14,34	29,28	302,94
1161	Пицца с курицей Акт от 18,09,2023	100	55,13	14,54	9,65	30,28	276,31
1163	Булочка с изюмом Акт от 15,09,23	60	12,77	4,49	5,95	32,13	200,13
1164	Булочка с корицей №438-11	60	7,67	4,52	5,33	28,19	180,62
1176	Рогалик (завиток) с курагой Акт от 29,11,23	75	24,45	5,28	10,52	42,83	285,85
1179	Чизкейк Акт от 01,12,23	150	100,82	11,52	21,63	29,41	406,82
1160	Пицца с ветчиной Акт от 18,09,2023	150	84,19	18,74	21,52	43,93	454,41
1161	Пицца с курицей Акт от 18,09,2023	150	82,69	21,81	14,47	45,42	414,47
1162	Пирожок печёный с вишней № 406-2015	60	20,88	3,77	3,3	27,47	156,59
965	Рогалик (завиток) с шоколадной начинкой Акт от 05,02,2016	100	37,68	6,92	22,87	58,27	463,71
966	Рогалик (завиток) с повидлом Акт от 05,02,2016	100	26,29	6,48	14,03	59,65	386,79
967	Рогалик (завиток) с ванильной начинкой Акт от 05,02,2016	100	32,66	6,65	15,5	54,69	390,77
676	Крендель Сахарный № 415-15	100	17,18	6,55	12,22	57,7	363,51
1163	Булочка с изюмом Акт от 15,09,23	100	21,29	7,49	9,92	53,55	333,54
1164	Булочка с корицей №438-11	100	12,78	7,54	8,88	46,99	301,04
1176	Рогалик (завиток) с курагой Акт от 29,11,23	100	32,6	7,03	14,03	57,11	381,13
1210	Хот-дог с маринованной морковью Акт от 06,02,24	190	71,2	15,48	21,9	64,05	518,96
1179	Чизкейк Акт от 01,12,23	125	84,02	9,6	18,02	24,51	339,02