

Утверждаю

Генеральный директор АО "Комбинат социального питания  
Парголово"

Камедин А.В.

"17" 08 2026 г.

Согласовано

Директор

202\_\_ г.

Ежедневное меню завтрака и обеда учащихся 12-18 лет

2026 г

| Наименование                                      | Выход,    | Технологическая и нормативная документация (сборник рецептур) | № рецептуры или технологической карты | Белки | Жиры  | Углеводы, | Энергетическая ценность, ккал. |
|---------------------------------------------------|-----------|---------------------------------------------------------------|---------------------------------------|-------|-------|-----------|--------------------------------|
|                                                   | г         |                                                               |                                       | Всего | Всего | Всего     |                                |
|                                                   |           |                                                               |                                       | г     | г     | г         |                                |
| 8 день (вторник)                                  |           |                                                               |                                       |       |       |           |                                |
| Завтрак                                           |           |                                                               |                                       |       |       |           |                                |
| Каша "Янтарная" с яблоками                        | 200       | 2024                                                          | 199                                   | 12,25 | 12,88 | 40,00     | 319,38                         |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами       | 25        | 2021                                                          | 576                                   | 1,90  | 0,70  | 12,90     | 65,25                          |
| Яйцо отварное                                     | 40        | 2024                                                          | 227                                   | 5,70  | 4,80  | 0,30      | 68,00                          |
| Чай с сахаром                                     | 200       | 2024                                                          | 453                                   | 0,10  | 0,20  | 10,00     | 40,00                          |
| Яблоко свежее                                     | 100       | 2008                                                          | 9.1                                   | 0,40  | 0,40  | 9,80      | 44,40                          |
| Итого за прием пищи:                              | 565       |                                                               |                                       | 20,35 | 18,98 | 73,00     | 537,03                         |
| Обед                                              |           |                                                               |                                       |       |       |           |                                |
| Огурец солёный порционно                          | 100       | 2024                                                          | 385                                   | 0,80  | 0,10  | 2,00      | 11,00                          |
| Щи по-уральски с крупой, курицей и сметаной       | 250/10/10 | 2024                                                          | 91                                    | 3,77  | 6,10  | 18,04     | 101,37                         |
| Тефтели мясные в соусе сметанном с томатом        | 100/20    | 2024                                                          | 299                                   | 11,59 | 11,70 | 10,29     | 186,33                         |
| Пюре картофельное                                 | 180       | 2024                                                          | 360                                   | 2,52  | 6,72  | 36,00     | 184,80                         |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 50        | 2021                                                          | 575                                   | 3,40  | 0,65  | 19,90     | 99,00                          |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами       | 60        | 2021                                                          | 576                                   | 4,50  | 1,74  | 30,96     | 156,60                         |
| Компот из сухофруктов                             | 200       | 2024                                                          | 425                                   | 0,44  | 0,08  | 18,30     | 76,00                          |
| Итого за прием пищи:                              | 980       |                                                               |                                       | 27,02 | 27,09 | 135,49    | 815,11                         |
| Всего за день:                                    |           |                                                               |                                       | 47,37 | 46,07 | 208,49    | 1352,13                        |

Заведующий производством