

Утверждаю  
Генеральный директор АО "Комбинат социального питания  
Парголово"  
Камедин А.В.  
"17" 08 2026 г.

Согласовано  
Директор

Ежедневное меню завтрака и обеда учащихся 12-18 лет

14 сентября 2026 г.

| Наименование                                      | Выход  | Технологическая и нормативная документация (сборник рецептов) | № рецептуры или технологической карты | Белки | Жиры  | Углеводы, | Энергетическая ценность, ккал. |
|---------------------------------------------------|--------|---------------------------------------------------------------|---------------------------------------|-------|-------|-----------|--------------------------------|
|                                                   | г      |                                                               |                                       | Всего | Всего | Всего     |                                |
|                                                   |        |                                                               |                                       | г     | г     | г         |                                |
| 1 день                                            |        |                                                               |                                       |       |       |           |                                |
| Завтрак (стоимость 145,00 руб.)                   |        |                                                               |                                       |       |       |           |                                |
| Каша вязкая молочная "Геркулес"                   | 250    | 2024                                                          | 196                                   | 6,33  | 14,50 | 43,67     | 335,67                         |
| Бутерброд с сыром                                 | 40     | 2024                                                          | 2                                     | 5,81  | 3,81  | 7,00      | 118,13                         |
| Чай с сахаром                                     | 200    | 2024                                                          | 453                                   | 0,10  | 0,20  | 10,00     | 40,00                          |
| Мандарин свежий                                   | 100    | 2008                                                          | 9.8                                   | 0,80  | 0,10  | 7,50      | 38,00                          |
| Молоко в индивидуальной упаковке                  | 200    | ТТК (осн. ТК №468,2021)                                       | 468/1                                 | 5,70  | 4,60  | 9,20      | 101,00                         |
| Итого за прием пищи:                              | 790    |                                                               |                                       | 18,75 | 23,21 | 77,37     | 632,79                         |
| Обед (стоимость 217,00 руб.)                      |        |                                                               |                                       |       |       |           |                                |
| Огурец солёный порционно                          | 100    | 2024                                                          | 385                                   | 0,80  | 0,10  | 2,00      | 11,00                          |
| Суп рыбный с картофелем и рисовой крупой          | 250/10 | 2024                                                          | 103                                   | 9,55  | 6,03  | 20,35     | 187,94                         |
| Паста Болоньезе "По-школьному"                    | 280    | 2022                                                          | 404                                   | 13,35 | 24,03 | 57,18     | 493,83                         |
| 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                         |
| Сок фруктовый                                     | 200    | 2024                                                          | 469                                   | 1,00  | 0,20  | 9,80      | 45,00                          |
| Итого за прием пищи:                              | 950    |                                                               |                                       | 32,60 | 32,75 | 140,19    | 993,37                         |
| Всего за день:                                    |        |                                                               |                                       | 51,34 | 55,97 | 217,56    | 1626,16                        |

Заведующий производством