

Утверждаю

Генеральный директор АО "Комбинат  
социального питания Парголово"



Камардин А.В.

АО «КСП»  
«Парголово»  
для документов

202 5 г.

Директор



Ежедневное меню завтрака и обеда учащихся 7-11 лет

12 02 2026 г

4 день

| Наименование                                                | Выход.     | Технологическая<br>и нормативная<br>документация<br>/сборник<br>рецептур/ | №<br>рецептуры<br>или<br>технологичес-<br>кой карты | Белки        | Жиры         | Углеводы      | Энергетиче-<br>ская<br>ценность,<br>ккал. |
|-------------------------------------------------------------|------------|---------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|--------------|--------------|---------------|-------------------------------------------|
|                                                             | г          |                                                                           |                                                     | Всего        | Всего        | Всего         |                                           |
|                                                             |            |                                                                           |                                                     | г            | г            | г             |                                           |
| <b>Завтрак</b>                                              |            |                                                                           |                                                     |              |              |               |                                           |
| Каша из пшена и риса молочная<br>жидкая ("Дружба")          | 150        | ТТК                                                                       | 4.11                                                | 9,07         | 7,92         | 26,30         | 174,30                                    |
| Бутерброд с маслом сливочным                                | 25         | ТТК                                                                       | 1.45                                                | 2,00         | 7,64         | 12,82         | 138,70                                    |
| Чай с лимоном                                               | 200        | 2008                                                                      | 431                                                 | 0,29         | 0,10         | 14,69         | 59,90                                     |
| Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5%                               | 150        | ТТК                                                                       | 16.1                                                | 4,10         | 2,50         | 4,90          | 87,00                                     |
| Яблоко свежее                                               | 100        | 2011                                                                      | 338                                                 | 0,40         | 0,40         | 9,80          | 44,40                                     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                                 | <b>625</b> |                                                                           |                                                     | <b>15,86</b> | <b>18,56</b> | <b>68,51</b>  | <b>504,30</b>                             |
| <b>Обед</b>                                                 |            |                                                                           |                                                     |              |              |               |                                           |
| Салат из свеклы с яйцом                                     | 60/20      | 2011                                                                      | 52/209                                              | 2,95         | 7,00         | 3,60          | 100,00                                    |
| Суп с макаронными изделиями,<br>картофелем и курой отварной | 200/5      | 2012                                                                      | 82                                                  | 4,07         | 2,24         | 15,74         | 94,60                                     |
| Тефтели рыбные в соусе кисло-<br>сладком с овощами          | 90/30      | ТТК                                                                       | 8.7                                                 | 8,17         | 6,85         | 9,44          | 151,76                                    |
| Картофель отварной                                          | 150        | 2008                                                                      | 333                                                 | 2,90         | 4,70         | 23,50         | 148,00                                    |
| Хлеб ржано-пшеничный<br>обогащённый микронутриентами        | 40         | ТТК                                                                       | 15.2                                                | 3,20         | 1,70         | 20,40         | 92,00                                     |
| Батон нарезной обогащённый<br>микронутриентами              | 50         | ТТК                                                                       | 15.1                                                | 4,00         | 2,32         | 25,98         | 136,00                                    |
| Сок фруктовый (персиковый)                                  | 200        | ТТК                                                                       | 13.14                                               | 1,00         | 0,20         | 15,00         | 76,00                                     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                                 | <b>845</b> |                                                                           |                                                     | <b>26,29</b> | <b>25,01</b> | <b>113,66</b> | <b>798,36</b>                             |
| <b>Всего за день:</b>                                       |            |                                                                           |                                                     | <b>42,15</b> | <b>43,57</b> | <b>182,17</b> | <b>1302,66</b>                            |

Заведующий производством \_\_\_\_\_