

Утверждаю

Генеральный директор АО "Комбинат социального питания Парголово"

Камедин А.В.

\* Акционерное общество  
АО «КСП  
Парголово»  
для документов

2025 г.

Согласовано

Директор



Ежедневное меню завтрака и обеда учащихся 7-11 лет

12 января 2026 г

1 день

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологической карты	Белки			Энергетиче- ская ценность, ккал	
				Жиры				
				Всего	Всего	Всего		
				г	г	г		

Завтрак

Каша геркулесовая молочная вязкая с маслом сливочным	160/5	2008	184	9,31	8,40	27,01	205,40
Бутерброд с маслом сливочным	35	TTK	1,44	2,40	8,10	13,00	142,00
Чай с сахаром	200	2008	430	0,20	0,10	15,00	60,00
Мандарин свежий	100	2011	338	0,80	0,10	7,50	38,00
Печенье в ассортименте	25	TTK	12,2	3,00	2,50	11,20	69,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>525</b>			<b>15,71</b>	<b>19,20</b>	<b>73,71</b>	<b>514,40</b>

Обед

Огурец солёный порционно	60	TTK	1,1	0,48	0,06	1,20	6,60
Щи по-уральски с крупой и курицей, со сметаной	200/5/5	2012	72	3,07	4,97	14,70	82,60
Гуляш	100	TTK	9,38	11,24	12,30	8,40	214,20
Каша гречневая рассыпчатая "по-домашнему"	150	TTK	4,7	3,60	4,60	10,40	97,40
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	40	TTK	15,2	3,20	1,70	20,40	92,00
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	50	TTK	15,1	4,00	2,32	25,98	136,00
Сок фруктовый (яблочный)	200	2008	442	1,00	0,20	19,80	86,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>810</b>			<b>26,59</b>	<b>26,15</b>	<b>100,88</b>	<b>714,80</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>42,30</b>	<b>45,35</b>	<b>174,59</b>	<b>1229,20</b>

Заведующий производством \_\_\_\_\_

Утверждаю

Генеральный директор АО "Комбинат социального питания Парголово"

Камедин А.В.



Согласовано

Директор

Моруд В.Ю. Морудова  
Режиссёр х/з 313  
17 12 2025 г.

Ежедневное меню завтрака и обеда учащихся 7-11 лет

13 января 2026 г

2 день

Наименование	Выход Г	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологической карты	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.
				Всего	Всего	Всего	
				Г	Г	Г	
<b>Завтрак</b>							
Чизкейк, запечённый по-школьному с повидлом	150/15	TTK	7.4	13,33	14,76	31,72	352,99
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	25	TTK	15,3	2,00	1,16	12,99	68,00
Чай с лимоном	200	2008	431	0,29	0,10	14,69	59,90
Вафли	20	TTK	12,7	1,44	2,23	9,80	62,00
Яблоко свежее	100	2011	338	0,40	0,40	9,80	44,40
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>510</b>			<b>17,46</b>	<b>18,65</b>	<b>79,00</b>	<b>587,29</b>
<b>Обед</b>							
Салат из свежей капусты с огурцом	60	TTK	1,2	0,61	3,20	2,62	53,10
Борщ с капустой и картофелем, отварной говядиной и сметаной	200/5/5	2008	76	3,46	4,63	9,71	93,30
Шницель рубленый мясной	90	TTK	9,1	7,40	10,50	3,64	133,18
Макаронные изделия отварные	150	2008	331	5,50	4,80	31,30	191,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	40	TTK	15,2	3,20	1,70	20,40	92,00
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	50	TTK	15,1	4,00	2,32	25,98	136,00
Компот из смеси сухофруктов	200	TTK	13,4	0,60	0,10	23,50	97,20
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>800</b>			<b>24,77</b>	<b>27,25</b>	<b>117,15</b>	<b>795,78</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>42,23</b>	<b>45,90</b>	<b>196,15</b>	<b>1383,07</b>

Заведующий производством \_\_\_\_\_



Утверждаю

Генеральный директор АО "Комбинат социального питания Парголово"

Камедин А.В.

\* "АО «Комбинат социального питания Парголово» для документов

2025 г.

Согласовано

Директор

Морозов В.Ю. Морозова  
РБОУ соцп. № 313  
17.12.2025 г.



Ежедневное меню завтрака и обеда учащихся 7-11 лет

15 января 2026 г

4 день

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологичес- кой карты	Белки			Энергетиче- ская ценность. ккал.
				Всего	Всего	Всего	
				г	г	г	
<b>Завтрак</b>							
Каша из пшена и риса молочная жидкая ("Дружба")	150	TTK	4.11	9,07	7,92	26,30	174,30
Бутерброд с маслом сливочным	25	TTK	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	TTK	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, картофелем и курой отварной	200/5	2012	82	4,07	2,24	15,74	94,60
Тефтели рыбные в соусе кисло- сладком с овощами	90/30	TTK	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 обогащенный микронутриентами	40	TTK	15.2	3,20	1,70	20,40	92,00
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	50	TTK	15.1	4,00	2,32	25,98	136,00
Сок фруктовый (персиковый)	200	TTK	13.14	1,00	0,20	15,00	76,00
<b>Итого за прием пиши:</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 \_\_\_\_\_