Утверждаю

Генеральный директор АО "Комбинат социального питания Парголово"

Камедин А.В._____

17.08.2026

Согласовано

Директор ГБОУ средней школы №

Ежедневное меню завтрака и обеда учащихся 7-11 лет

05 ноября 2026 г

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация (сборник рецептур)	№ рецептуры или технологической карты	Белки Всего г	Жиры Всего г	Углеводы, Всего г	Энергетическая ценность, ккал.
9 день (четверг)							
Завтрак							
Запеканка творожная "Зебра" со сгущённым молоком	150/15	2024	239	9,00	14,70	43,00	349,00
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	25	2021	576	1,90	0,70	12,90	65,25
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
Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5%	150	2021	470	4,40	2,50	6,00	75,00
Итого за прием пищи:	**640**			**15,80**	**18,50**	**81,70**	**573,65**
Обед							
Салат из белокочанной капусты с огурцами	60	2021	5	0,60	4,50	5,65	39,60
Уха из рыбы со свежей зеленью	200/10	2024	112	8,00	7,80	18,60	174,60
Птица, тушеная в сметанном соусе	90	2024	331	3,30	7,40	7,80	137,00
Каша гречневая рассыпчатая	150	2024	347	8,20	5,60	35,90	227,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	40	2021	575	2,72	0,52	15,92	79,20
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	50	2021	576	3,75	1,45	25,80	130,50
Напиток из протёртой брусники	200	2024	463	0,13	0,06	7,20	30,00
Итого за прием пищи:	**800**			**26,70**	**27,33**	**116,87**	**817,90**
Всего за день:				**42,50**	**45,83**	**198,57**	**1391,55**

Заведующий производством_____