

Генеральный директор АО "Комбинат социального питания Парголово"

Камедин А.В.



2025 г.



2025 г.

Директор

В.Ю. Морозов

### Ежедневное меню комплексного обеда учащихся 12-18 лет

29 01 2026г

4 день

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	
<b>Комплексный обед</b>							
Салат из свеклы с яйцом	100	2011	52/209	3,55	8,75	4,50	125,00
Суп с макаронными изделиями, картофелем и курой отварной	250/10	2012	82	4,40	2,90	16,15	125,70
Тефтели рыбные в соусе кисло-сладком с овощами	100/20	TTK	8.8	9,12	7,54	9,78	143,50
Картофель отварной	200	2008	333	3,83	7,06	27,10	187,10
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	50	TTK	15.1	4,00	2,32	25,98	136,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60	TTK	15.4	4,80	2,55	30,60	138,00
Сок фруктовый (персиковый)	200	TTK	13.14	1,00	0,20	15,00	76,00
Яблоко свежее	100	2011	338	0,40	0,40	9,80	44,40
Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5%	150	TTK	16.1	4,10	2,50	4,90	87,00
Плюшка "Московская"	100	TTK	14.1	8,62	14,40	61,65	329,80
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1340</b>			12,92	19,63	307,15	1328,50