

Генеральный директор АО "Комбинат
социального питания Парголово"

Директор

ГБОУ № 313

Камедия А.В.

202 5 г.

В. Ю. Морозова

Ежедневное меню комплексного обеда учащихся 12-18 лет

12 02 2026 г

4 день

Наименование	Выход,	Технологи- ческая и нормативная документац ия /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологич еской карты	Белки	Жиры	Угле- воды,	Энергети- ческая ценность, ккал.
	г			Всего	Всего	Всего	
				г	г	г	
Комплексный обед							
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	ТТК	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	ТТК	15.1	4,00	2,32	25,98	136,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60	ТТК	15.4	4,80	2,55	30,60	138,00
Сок фруктовый (персиковый)	200	ТТК	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	ТТК	16.1	4,10	2,50	4,90	87,00
Плюшка "Московская"	100	ТТК	14.1	8,62	14,40	61,65	329,80
Итого за прием пищи:	1340			43,82	48,62	205,46	1392,50
Всего за день:				43,82	48,62	205,46	1392,50