

СОГЛАСОВАНО

Директор ТБОУ ССМ № 313  
Морозов В.Ю. Морозов

2026 г.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

Камедин А.В.

17.08.2026 г.

## Ежедневное меню 12-18 лет комплексный обед

07 октября 2026 г .

| Наименование                                      | Выход,    | Технологическая и нормативная документация (сборник рецептов) | № рецептуры или технологической карты | Белки | Жиры  | Углеводы, | Энергетическая ценность, ккал. |
|---------------------------------------------------|-----------|---------------------------------------------------------------|---------------------------------------|-------|-------|-----------|--------------------------------|
|                                                   | г         |                                                               |                                       | Всего | Всего | Всего     |                                |
|                                                   |           |                                                               |                                       | г     | г     | г         |                                |
| 9 день (среда)                                    |           |                                                               |                                       |       |       |           |                                |
| Комплексный обед                                  |           |                                                               |                                       |       |       |           |                                |
| Винегрет овощной                                  | 100       | 2024                                                          | 52                                    | 2,33  | 5,67  | 2,67      | 86,00                          |
| Суп из овощей с курой и сметаной                  | 250/10/10 | 2024                                                          | 100                                   | 1,60  | 4,91  | 23,69     | 149,73                         |
| Голубцы ленивые со сметаной                       | 280       | 2024                                                          | 320                                   | 21,35 | 24,97 | 41,77     | 416,03                         |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 50        | 2021                                                          | 575                                   | 3,4   | 0,65  | 19,9      | 99                             |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами       | 60        | 2021                                                          | 576                                   | 4,5   | 1,74  | 30,96     | 156,6                          |
| Компот из свежих яблок                            | 200       | 2024                                                          | 418                                   | 0,15  | 0,14  | 19,90     | 82,00                          |
| Груша свежая                                      | 100       | 2021                                                          | 82                                    | 0,40  | 0,30  | 10,30     | 47,00                          |
| Печенье                                           | 40        | 2021                                                          | 582                                   | 4,80  | 4,00  | 13,20     | 80,64                          |
| Булочка "Дорожная"                                | 75        | 2024                                                          | 501                                   | 5,80  | 5,90  | 24,50     | 198,40                         |
| Итого за прием пищи:                              | 1175      |                                                               |                                       | 44,33 | 48,27 | 186,88    | 1315,40                        |
| Всего за день:                                    |           |                                                               |                                       | 44,33 | 48,27 | 186,88    | 1315,40                        |

Зав. производством \_\_\_\_\_