

Утверждаю

Генеральный директор АО "Комбинат социального питания

Парголово"

Камедин А.В.

17.08.2026

Согласовано

Директор

Ежедневное меню завтрака и обеда учащихся 7-11 лет

12 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        |                               |
| 1 день (понедельник)                              |        |                                                               |                                       |       |       |          |                               |
| Завтрак                                           |        |                                                               |                                       |       |       |          |                               |
| Каша вязкая молочная "Геркулес"                   | 150    | 2024                                                          | 196                                   | 3,30  | 8,70  | 36,20    | 201,40                        |
| Бутерброд с сыром                                 | 40     | 2024                                                          | 2                                     | 9,30  | 6,10  | 11,20    | 189,00                        |
| Чай с сахаром                                     | 200    | 2024                                                          | 453                                   | 0,10  | 0,20  | 10,00    | 40,00                         |
| Мандарин свежий                                   | 100    | 2008                                                          | 9.8                                   | 0.80  | 0.10  | 7,50     | 38,00                         |
| Молоко в индивидуальной упаковке                  | 200    | ТТК (осн. ТК №468,2021)                                       | 468/1                                 | 2,70  | 2,50  | 2,20     | 87,00                         |
| Итого за прием пищи:                              | 690    |                                                               |                                       | 16,20 | 17,60 | 67,10    | 555,40                        |
| Обед                                              |        |                                                               |                                       |       |       |          |                               |
| Огурец солёный порционно                          | 60     | 2024                                                          | 385                                   | 0,48  | 0,06  | 1,20     | 6,60                          |
| Суп рыбный с картофелем и рисовой крупой          | 200/10 | 2024                                                          | 103                                   | 7,71  | 4,87  | 16,44    | 151,80                        |
| Паста Болоньезе "По-школьному"                    | 240    | 2022                                                          | 404                                   | 11,20 | 20,50 | 47,90    | 409,00                        |
| 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                        |
| Сок фруктовый                                     | 200    | 2024                                                          | 469                                   | 1,00  | 0,20  | 9,80     | 45,00                         |
| Итого за прием пищи:                              | 800    |                                                               |                                       | 26,86 | 27,60 | 117,06   | 822,10                        |
| Всего за день:                                    |        |                                                               |                                       | 43,06 | 45,20 | 184,16   | 1377,50                       |

Заведующий производством \_\_\_\_\_