**СОГЛАСОВАНО**

Директор _____

_____

_____ 2026 г.

**УТВЕРЖДАЮ**

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

_____ Камедин А.В.

28.09. 2026 г.

**Ежедневное меню комплексного обеда учащихся 9-11 класс кадеты**

**19 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. |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **10 день (четверг)** | | | | | | | |
| **Комплексный обед** | | | | | | | |
| Салат из белокочанной капусты с огурцами | 120 | 2021 | 5 | 1,20 | 9,00 | 11,30 | 79,20 |
| Уха из рыбы со свежей зеленью | 300/20 | 2024 | 112 | 15,76 | 16,71 | 34,25 | 301,75 |
| Птица, тушеная в сметанном соусе | 130 | 2024 | 331 | 14,10 | 19,20 | 33,80 | 293,10 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 200 | 2024 | 347 | 10,93 | 7,47 | 47,87 | 302,67 |
| 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 |
| Напиток из протёртой брусники | 200 | 2024 | 463 | 0,13 | 0,06 | 7,20 | 30,00 |
| Яблоко свежее | 300 | 2008 | 9.1 | 1,20 | 1,20 | 29,40 | 133,20 |
| Зефир витаминизированный | 35 | 2021 | 582/1 | 0,63 | 0,10 | 12,40 | 66,80 |
| Булочка "Веснушка" | 75 | 2024 | 502 | 9,60 | 11,50 | 48,60 | 225,60 |
| Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5% | 150 | 2021 | 470 | 4,20 | 3,75 | 15,75 | 113,55 |
| **Итого за прием пищи:** | **1640** | | | **65,66** | **71,38** | **291,43** | **1801,46** |
| **Всего за день:** | | | | **65,66** | **71,38** | **291,43** | **1801,46** |

**Заведующий производством**_____