

Утверждаю  
Генеральный директор АО "Комбинат социального  
питания Парголово"  
Камедин А.В.  
" 17 " 08 2026 г.

Согласовано  
Директор  
Р.В. Морозов  
2026 г.

Ежедневное меню комплексного обеда учащихся 12-18 лет

17 сентября 2026 г

4 день

| 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        |                               |
| Комплексный обед                                  |        |                                                               |                                       |       |       |          |                               |
| Салат "Мозайка"                                   | 100    | 2022                                                          | 28                                    | 1,58  | 5,00  | 1,00     | 130,00                        |
| Суп с вермишелью, картофелем и курой отварной     | 250/10 | 2024                                                          | 105                                   | 4,30  | 4,10  | 14,98    | 136,20                        |
| Тефтели рыбные в соусе сметанном с томатом        | 100/20 | 2024                                                          | 262                                   | 8,20  | 9,70  | 16,20    | 139,40                        |
| Пюре картофельное                                 | 180    | 2024                                                          | 360                                   | 4,20  | 4,50  | 29,30    | 153,00                        |
| 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  | 15,80    | 76,30                         |
| Компот из сухофруктов                             | 200    | 2024                                                          | 425                                   | 0,44  | 0,08  | 8,30     | 76,00                         |
| Яблоко свежее                                     | 100    | 2008                                                          | 9.1                                   | 0,40  | 0,40  | 9,80     | 44,40                         |
| Печенье                                           | 50     | 2021                                                          | 582                                   | 6,00  | 5,00  | 16,50    | 100,80                        |
| Итого за прием пищи:                              | 1100   |                                                               |                                       | 31,59 | 30,75 | 127,80   | 935,30                        |
| Всего за день:                                    |        |                                                               |                                       | 31,59 | 30,75 | 127,80   | 935,30                        |

Заведующий производством \_\_\_\_\_