

Утверждаю

Согласовано

Генеральный директор АО "Комбинат  
социального питания Парголово"

Директор

Камедин А.В.



*В.Ю. Морозова*  
ТБОУ СОУ №313

202 5 г.

**Ежедневное меню комплексного обеда учащихся 12-18 лет**

**05 05 2026 г**

**2 день**

| Наименование   | Выход       | Технологи-<br>ческая и<br>нормативная<br>документа<br>ция /сборник<br>рецептур/ | №<br>рецептуры<br>или<br>технологич<br>еской<br>карты | Белки        | Жиры         | Угле-<br>воды, | Энергети-<br>ческая<br>ценность,<br>ккал. |
|--|-------------|---|---|--------------|--------------|----------------|---|
|  | г           |   |   | Всего        | Всего        | Всего          |   |
|  |             |   |   | г            | г            | г              |   |
| <b>Комплексный обед</b>  |             |   |   |              |              |                |   |
| Салат из свежей капусты с огурцом                              | 100         | ТТК   | 1.6   | 1,02         | 5,30         | 4,36           | 88,50                                     |
| Борщ с капустой и картофелем,<br>отварной говядиной и сметаной | 250/10/10   | 2008  | 76  | 5,32         | 7,10         | 14,40          | 159,70                                    |
| Шницель рубленный мясной                                       | 100         | ТТК   | 9.7   | 8,22         | 11,66        | 4,04           | 147,90                                    |
| Макаронные изделия отварные                                    | 200         | 2008  | 331   | 7,30         | 6,40         | 39,50          | 254,40                                    |
| Батон нарезной обогащённый<br>микронутриентами                 | 50          | ТТК   | 15.1  | 4,00         | 2,32         | 25,98          | 136,00                                    |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый<br>микронутриентами           | 60          | ТТК   | 15.4  | 4,80         | 2,55         | 30,60          | 138,00                                    |
| Компот из смеси сухофруктов                                    | 200         | ТТК   | 13.4  | 0,60         | 0,10         | 23,50          | 97,20                                     |
| 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                                     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                                    | <b>1230</b> |   |   | <b>35,76</b> | <b>38,33</b> | <b>157,08</b>  | <b>1153,10</b>                            |
| <b>Всего за день:</b>  |             |   |   | <b>35,76</b> | <b>38,33</b> | <b>157,08</b>  | <b>1153,10</b>                            |

Заведующий производством \_\_\_\_\_