

15.10.2025

Утверждаю

Генеральный директор

АО "Комбинат социального питания Парголово"



Камедин А.В.

"01" сентября 2025 г

Согласовано

Директор

Фрунзенский района



"01" сентября 2025 г

## Ежедневное меню учащихся 12-18

2025 г

| Наименование                                            | Выход, | Техноло<br>ги-<br>ческая и<br>нормати | №<br>рецептур<br>ы или<br>технолог | Белки      | Жиры       | Угле-<br>воды, | Энер-<br>гети-<br>ческая<br>цен- |
|---------------------------------------------------------|--------|---------------------------------------|------------------------------------|------------|------------|----------------|----------------------------------|
|                                                         | г      |                                       |                                    |            |            |                |                                  |
|                                                         |        |                                       |                                    | Всего<br>г | Всего<br>г | Всего<br>г     |                                  |
| 3 день                                                  |        |                                       |                                    |            |            |                |                                  |
| Комплексный обед                                        |        |                                       |                                    |            |            |                |                                  |
| Салат из квашеной<br>капусты                            | 100    | 2008                                  | 40                                 | 1,60       | 5,10       | 7,70           | 83,00                            |
| Суп картофельный с<br>горохом и гречками                | 250/10 | 2012                                  | 81/116                             | 6,20       | 4,40       | 20,75          | 147,40                           |
| Котлета рубленая из филе<br>куриного                    | 100    | ТТК                                   | 10.22                              | 10,93      | 6,22       | 9,94           | 160,83                           |
| Ризотто (рис с овощами)                                 | 200    | ТТК                                   | 4.19                               | 3,86       | 9,90       | 22,74          | 195,60                           |
| Батон нарезной<br>обогащённый<br>микронутриентами       | 50     | ТТК                                   | 15.1                               | 4,00       | 2,32       | 25,98          | 136,00                           |
| Хлеб ржано-пшеничный<br>обогащённый<br>микронутриентами | 60     | ТТК                                   | 15.4                               | 4,80       | 2,55       | 30,60          | 138,00                           |
| Компот из свежих яблок                                  | 200    | ТТК                                   | 13.1                               | 0,20       | 0,20       | 20,10          | 87,80                            |
| Молоко м.д.ж. 2,5% в<br>индивидуальной упаковке         | 200    | ТТК                                   | 16.3                               | 5,92       | 5,08       | 9,38           | 107,56                           |
| Груша свежая                                            | 100    | 2011                                  | 338                                | 0,40       | 0,30       | 10,30          | 47,00                            |
| Булочка "домашняя"                                      | 100    | ТТК                                   | 14.2                               | 7,20       | 10,80      | 49,80          | 300,60                           |
| Итого за прием пищи:                                    | 1370   |                                       |                                    | 45,11      | 46,87      | 207,29         | 1403,79                          |
| Всего за день:                                          |        |                                       |                                    | 45,11      | 46,87      | 207,29         | 1403,79                          |
|                                                         |        |                                       |                                    |            |            |                |                                  |