

Утверждаю

Согласовано

Генеральный директор АО "Комбинат  
социального питания Парголово"

Директор

Камедин А.В.



*Морозова*  
№313

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

**08 05 2026 г**

**5 день**

| Наименование   | Выход.      | Технологи-<br>ческая и<br>нормативная<br>документац<br>ия /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          |   |
| Комплексный обед   |             |   |   |              |              |                |   |
| Винегрет овощной   | 100         | ТТК   | 1.49  | 1,40         | 8,20         | 6,66           | 110,66                                    |
| Рассольник ленинградский с перловой<br>крупой, курицей отварной и сметаной | 250/10/5    | 2008  | 91  | 4,70         | 7,00         | 28,30          | 170,80                                    |
| Голубцы ленивые  | 300         | ТТК   | 9.17  | 17,14        | 14,40        | 27,96          | 310,37                                    |
| 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                                    |
| Напиток из протёртой брусники  | 200         | ТТК   | 13.13   | 0,50         | 0,10         | 24,10          | 95,20                                     |
| Апельсин свежий  | 100         | 2011  | 338   | 0,90         | 0,20         | 8,10           | 43,00                                     |
| Молоко м.д.ж. 2,5% в индивидуальной<br>упаковке                            | 200         | ТТК   | 16.3  | 5,92         | 5,08         | 9,38           | 107,56                                    |
| Сдоба обыкновенная   | 75          | ТТК   | 14.3  | 5,70         | 14,90        | 37,20          | 246,00                                    |
| <b>Всего за прием пищи:</b>  | <b>1350</b> |   |   | <b>45,06</b> | <b>54,75</b> | <b>198,28</b>  | <b>1357,59</b>                            |
| <b>Всего за день:</b>  |             |   |   | <b>45,06</b> | <b>54,75</b> | <b>198,28</b>  | <b>1357,59</b>                            |

Заведующий производством \_\_\_\_\_