

Утверждаю

Согласовано

Генеральный директор АО "Комбинат
социального питания Парголово"

Директор

Камедин А.В.

Ю. Морозова
Трусова №313

" 17 "



2025 г.



Ежедневное меню комплексного обеда учащихся 12-18 лет

21 05 2026 г

4 день

| Наименование | Выход, | Технологи- ческая и нормативная документац ия /сборник рецептур/ | № рецептуры или технологич еской карты | Белки | Жиры | Угле- воды, | Энергети- ческая ценность, ккал. |
|---|-------------|---|---|--------------|--------------|----------------|---|
| | г | | | Всего | Всего | Всего | |
| | | | | г | г | г | |
| Комплексный обед | | | | | | | |
| Салат из свеклы с яйцом | 100 | 2011 | 52/209 | 3,55 | 8,75 | 4,50 | 125,00 |
| Суп с макаронными изделиями, картофелем и курой отварной | 250/10 | 2012 | 82 | 4,40 | 2,90 | 16,15 | 125,70 |
| Тефтели рыбные в соусе кисло-сладком с овощами | 100/20 | ТТК | 8.8 | 9,12 | 7,54 | 9,78 | 143,50 |
| Картофель отварной | 200 | 2008 | 333 | 3,83 | 7,06 | 27,10 | 187,10 |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами | 50 | ТТК | 15.1 | 4,00 | 2,32 | 25,98 | 136,00 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 60 | ТТК | 15.4 | 4,80 | 2,55 | 30,60 | 138,00 |
| Сок фруктовый (персиковый) | 200 | ТТК | 13.14 | 1,00 | 0,20 | 15,00 | 76,00 |
| 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 |
| Плошка "Московская" | 100 | ТТК | 14.1 | 8,62 | 14,40 | 61,65 | 329,80 |
| Итого за прием пищи: | 1340 | | | 43,82 | 48,62 | 205,46 | 1392,50 |
| Всего за день: | | | | 43,82 | 48,62 | 205,46 | 1392,50 |