

Утверждаю

Согласовано

Генеральный директор АО "Комбинат социального питания Парголово"



2025 г.



Директор гимназия № 363

Академик И.Б.

Ежедневное меню комплексного обеда учащихся 12-18 лет

27 января 2026 г

2 день

| Наименование | Выход, г | Технологи- ческая и нормативн ая документа ция /сборник рецептур/ | № рецептуры или технологи ческой карты | Белки | | | Энергети- ческая ценность. ккал. |
|---|-------------|--|---|--------------|--------------|---------------|---|
| | | | | Всего | Всего | Всего | |
| Комплексный обед | | | | | | | |
| Салат из свежей капусты с огурцом | 100 | ТТК | 1.6 | 1,02 | 5,30 | 4,36 | 88,50 |
| Борщ с капустой и картофелем, отварной говядиной и сметаной | 250/10/10 | 2008 | 76 | 5,32 | 7,10 | 14,40 | 159,70 |
| Шницель рубленый 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 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 |
| 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 |
| Итого за прием пищи: | 1230 | | | 35,76 | 38,33 | 157,08 | 1153,10 |
| Всего за день: | | | | 35,76 | 38,33 | 157,08 | 1153,10 |

Заведующий производством _____