

Утверждаю  
Генеральный директор  
АО "Комбинат общественного питания Парголово"

Камедин А.В.  
"01" сентября 2025 г



Согласовано  
Директор ГБОУ гимназия № 363  
Фрунзенский района

Акатова И.Б.  
"01" сентября 2025 г



Ежедневное меню учащихся 12-18  
\_\_18 ноября\_\_ 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 | Всего | Всего          |                                  |
|                                                         | г      |                                       |                                    | г     | г     | г              |                                  |
| 8 день                                                  |        |                                       |                                    |       |       |                |                                  |
| Комплексный обед                                        |        |                                       |                                    |       |       |                |                                  |
| Салат витаминный                                        | 100    | ТТК                                   | 1.47                               | 1,20  | 5,33  | 7,66           | 87,00                            |
| Суп рыбный с<br>картофелем и перловой<br>крупой         | 250/20 | 2008                                  | 98/228                             | 7,12  | 2,88  | 19,60          | 132,40                           |
| Тефтели мясные в соусе<br>сметанном с томатом           | 100/20 | ТТК                                   | 9.15                               | 7,91  | 10,65 | 10,67          | 170,08                           |
| Каша гречневая<br>рассыпчатая "по-<br>домашнему"        | 200    | ТТК                                   | 4.18                               | 4,80  | 6,13  | 13,86          | 129,86                           |
| 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                           |
| Яблоко свежее                                           | 100    | 2011                                  | 338                                | 0,40  | 0,40  | 9,80           | 44,40                            |
| Напиток из шиповника                                    | 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                           |
| Булочка "домашняя"                                      | 100    | ТТК                                   | 14.2                               | 7,20  | 10,80 | 49,80          | 300,60                           |
| Итого за прием пищи:                                    | 1400   |                                       |                                    | 43,55 | 46,34 | 197,45         | 1333,70                          |
| Всего за день:                                          |        |                                       |                                    | 43,55 | 46,34 | 197,45         | 1333,70                          |
|                                                         |        |                                       |                                    |       |       |                |                                  |