

Утверждаю

Согласовано

Генеральный директор АО "Комбинат социального питания Парголово"

Камедин А.В.

" 17 " декабря 2025 г.

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

**11 февраля 2026 г**

**3 день**

Директор гимназия № 363

/Акатова И.Б.

" 17 " декабря 2025 г.

| Наименование                                      | Выход,<br>г | Технологи-<br>ческая и<br>нормативная<br>документаци-<br>я /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. |
|---|-------------|--|--|--------------|--------------|----------------|---|
|   |             |  |  | Всего        | Всего        | Всего          |   |
|   |             |  |  | г            | г            | г              |   |
| <b>Комплексный обед</b>                           |             |  |  |              |              |                |   |
| Салат из квашеной капусты                         | 100         | 2008   | 40   | 1,60         | 5,10         | 7,70           | 83,00                                     |
| Суп картофельный с горохом и гренками             | 250/10      | 2012   | 81/116   | 6,20         | 4,40         | 20,75          | 147,40                                    |
| Котлета рубленая из филе куриного                 | 100         | TTK  | 10.22  | 10,93        | 6,22         | 9,94           | 160,83                                    |
| Ризotto (рис с овощами)                           | 200         | TTK  | 4.19   | 3,86         | 9,90         | 22,74          | 195,60                                    |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами       | 50          | TTK  | 15.1   | 4,00         | 2,32         | 25,98          | 136,00                                    |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 60          | TTK  | 15.4   | 4,80         | 2,55         | 30,60          | 138,00                                    |
| Компот из свежих яблок                            | 200         | TTK  | 13.1   | 0,20         | 0,20         | 20,10          | 87,80                                     |
| Молоко м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке      | 200         | TTK  | 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         | TTK  | 14.2   | 7,20         | 10,80        | 49,80          | 300,60                                    |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                       | <b>1370</b> |  |  | <b>45,11</b> | <b>46,87</b> | <b>207,29</b>  | <b>1403,79</b>                            |
| <b>Всего за день:</b>                             |             |  |  | <b>45,11</b> | <b>46,87</b> | <b>207,29</b>  | <b>1403,79</b>                            |

Заведующий производством

*Б.С.Логинов*