



Утверждаю  
 Генеральный директор АО «Комбинат социального питания «Парголово»  
 для документов  
 Намедин А.В.  
 "17" декабря 2025 г



Согласовано  
 Директор ГБОУ гимназия №363  
 Фрунзенский район  
 Санкт-Петербург  
 Дятлова И.Б.  
 "17" декабря 2025 г

**Ежедневное меню завтрака и обеда учащихся 7-11**  
24 апреля 2026 г  
 5 день

Наименование	Выход,	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептов/	№ рецептуры или технологической карты	Белки	Жиры	Углеводы,	Энергетическая ценность, ккал.
	г			Всего	Всего	Всего	
				г	г	г	
<b>Завтрак</b>							
Макароны отварные с сыром	160/15	ТТК	5.2	12,58	14,20	32,60	303,50
Бутерброд с повидлом	45	ТТК	1.3	2,20	1,20	16,80	86,80
Какао с молоком	200	2008	433	2,90	2,50	24,80	134,00
Апельсин свежий	100	2011	338	0,90	0,20	8,10	43,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>520</b>			<b>18,58</b>	<b>18,10</b>	<b>82,30</b>	<b>567,30</b>
<b>Обед</b>							
Винегрет овощной	60	ТТК	1.48	0,84	6,06	3,96	66,40
Рассольник ленинградский с перловой крупой, отварной курицей и сметаной	200/5/5	2008	91	4,28	5,22	17,80	118,30
Голубцы ленивые	240	ТТК	9.2	13,74	11,53	22,40	248,30
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микроэлементами	40	ТТК	15.2	3,20	1,70	20,40	92,00
Батон нарезной обогащённый микроэлементами	50	ТТК	15.1	4,00	2,32	25,98	136,00
Напиток из протёртой брусники	200	ТТК	13.13	0,50	0,10	24,10	95,20
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>800</b>			<b>26,56</b>	<b>26,93</b>	<b>114,64</b>	<b>756,20</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>45,14</b>	<b>45,03</b>	<b>196,94</b>	<b>1323,50</b>

Заведующий производством Е. Мороз