

СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ гимназии №163
Акатова И.Б.

17.08.2026 г.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"
Камедин А.В.

17.08. 2026 г.

Ежедневное меню 12-18 лет (комплексный обед)

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	
4 день (четверг)							
Комплексный обед							
Салат "Мозайка"	150	2022	28	2,37	7,50	1,50	195,00
Суп с вермишелью, картофелем и курой отварной	290/10	2024	105	5,70	5,80	17,30	157,20
Тефтели рыбные в соусе сметанном с томатом	100/20	2024	262	8,20	9,70	16,20	139,40
Пюре картофельное	230	2024	360	6,40	6,80	37,44	195,50
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	50	2021	575	3,40	0,65	19,90	99,00
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	60	2021	576	4,5	1,74	30,96	156,60
Компот из сухофруктов	200	2024	425	0,44	0,08	8,30	76,00
Яблоко свежее	100	2008	9.1	0,40	0,40	9,80	44,40
Печенье	50	2021	582	6,00	5,00	16,50	100,80
Сдоба обыкновенная	75	2024	496	7,80	8,50	48,50	274,70
Итого за прием пищи:	1335			45,21	46,17	206,40	1438,60
Всего за день:				45,21	46,17	206,40	1438,60

Зав.производством _____