

Утверждаю

Согласовано

Генеральный директор АО "Комбинат социального питания Парголово"

Камедин А.В.



Директор гимназия № 363

Лакатова И.Е.

2025 г.

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

**26 января 2026 г**

**1 день**

Наименование	Выход, г	Технологи- ческая и нормативн ая документа- ция /сборник	№ рецептуры или технологи- ческой карты	Белки			Энергети- ческая ценность, ккал.
				Всего	Всего	Всего	
<b>Комплексный обед</b>							
Огурец солёный порционно	100	ТТК	1.5	0,80	0,10	2,00	11,00
Щи по-уральски с крупой и курицей, со сметаной	250/15/10	2012	72	3,00	4,53	13,20	147,10
Гуляш	100	ТТК	9.38	11,24	12,30	8,40	214,20
Каша гречневая рассыпчатая "по-домашнему"	200	ТТК	4.18	4,80	6,13	13,86	129,86
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
Сок фруктовый (яблочный)	200	2008	442	1,00	0,20	19,80	86,00
Мандарин свежий	100	2011	338	0,80	0,10	7,50	38,00
Молоко м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке	200	ТТК	16.3	5,92	5,08	9,38	107,56
Плюшка "Московская"	100	ТТК	14.1	8,62	14,40	61,65	329,80
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1385</b>			<b>44,98</b>	<b>47,71</b>	<b>192,37</b>	<b>1337,52</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>44,98</b>	<b>47,71</b>	<b>192,37</b>	<b>1337,52</b>

Заведующий производством \_\_\_\_\_