

Утверждаю

Согласовано

Генеральный директор АО "Комбинат социального питания Парголово"

Директор ГБОУ №363 Фрунзенского района

Камелин А.В.

Акатова И.Б.



Ежедневное меню завтрака и обеда учащихся 7-11 лет

09 сентября 2026 г

8 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        |                               |
| Завтрак                                           |           |                                                               |                                       |       |       |          |                               |
| Макароны отварные с сыром                         | 150/15    | 2024                                                          | 223                                   | 14,70 | 10,50 | 29,30    | 256,00                        |
| Бутерброд с повидлом                              | 45        | 2024                                                          | 1                                     | 2,50  | 8,50  | 40,80    | 250,00                        |
| Чай с лимоном                                     | 200       | 2024                                                          | 454                                   | 0,20  | 0,00  | 7,20     | 30,00                         |
| Мандарин свежий                                   | 100       | 2008                                                          | 9.8                                   | 0,80  | 0,10  | 7,50     | 38,00                         |
| Молоко в индивидуальной упаковке                  | 200       | ТТК (осн. ТК №468,2021)                                       | 468/1                                 | 5,70  | 4,60  | 9,20     | 101,00                        |
| Итого за прием пищи:                              | 763       |                                                               |                                       | 23,90 | 23,70 | 94,00    | 675,00                        |
| Обед                                              |           |                                                               |                                       |       |       |          |                               |
| Винегрет овощной                                  | 60        | 2024                                                          | 52                                    | 1,40  | 3,40  | 1,60     | 51,60                         |
| Суп из овощей с курой и сметаной                  | 200/10/10 | 2024                                                          | 100                                   | 1,30  | 4,00  | 19,30    | 122,00                        |
| Голубцы ленивые со сметаной                       | 240       | 2024                                                          | 320                                   | 19,40 | 22,10 | 42,00    | 446,00                        |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 40        | 2021                                                          | 575                                   | 2,72  | 0,52  | 15,92    | 79,20                         |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами       | 50        | 2021                                                          | 576                                   | 3,75  | 1,45  | 25,80    | 130,50                        |
| Компот из свежих яблок                            | 200       | 2024                                                          | 418                                   | 0,15  | 0,14  | 19,90    | 82,00                         |
| Итого за прием пищи:                              | 810       |                                                               |                                       | 27,32 | 28,21 | 122,92   | 911,30                        |
| Всего за день:                                    |           |                                                               |                                       | 51,22 | 51,91 | 216,92   | 1586,30                       |

Заведующий производством