

Утверждаю  
Генеральный директор АО "Комбинат социального  
питания "Парголово"  
Камедин А.В.  
"17" 08 2026 г.

Согласовано  
Директор ГБОУ № 363 Фрунзенского района  
Акатова И.Б.  
"17" 08 2026 г.

Ежедневное меню комплексного обеда учащихся 12-18 лет

14 сентября 2026 г

1 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        |                               |
| Комплексный обед                                  |        |                                                               |                                       |       |       |          |                               |
| Огурец солёный порционно                          | 100    | 2024                                                          | 385                                   | 0,48  | 6,2   | 11,50    | 52,10                         |
| Суп рыбный с картофелем и рисовой крупой          | 250/10 | 2024                                                          | 103                                   | 6,50  | 6,03  | 13,10    | 187,94                        |
| Паста Болоньезе "По-школьному"                    | 280    | 2022                                                          | 404                                   | 13,40 | 14,30 | 50,30    | 400,30                        |
| 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  | 15,80    | 76,30                         |
| Сок фруктовый                                     | 200    | 2024                                                          | 469                                   | 1     | 0,2   | 9,80     | 45,00                         |
| Мандарин свежий                                   | 100    | 2008                                                          | 9.8                                   | 0,80  | 0,10  | 7,50     | 38,00                         |
| Вафли                                             | 20     | 2021                                                          | 580                                   | 1,44  | 2,8   | 9,80     | 62,00                         |
| Итого за прием пищи:                              | 1050   |                                                               |                                       | 30,09 | 31,60 | 133,72   | 940,84                        |
| Всего за день:                                    |        |                                                               |                                       | 30,09 | 31,60 | 133,72   | 940,84                        |

Заведующий производством 