

Утверждаю  
Генеральный директор АО "Комбинат социального питания  
Парголово  
Камедин А.В.



Директор  
А.В. Камедин  
2026 г.

Ежедневное меню завтрака и обеда учащихся 7-11 лет

09 октября 2026 г.

| 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)                                  |        |                                                               |                                       |       |       |           |                                |
| Завтрак                                           |        |                                                               |                                       |       |       |           |                                |
| Каша из пшена и риса молочная жидкая "Дружба"     | 160    | 2024                                                          | 203                                   | 7,80  | 10,60 | 37,16     | 253,80                         |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами       | 25     | 2021                                                          | 576                                   | 1,90  | 0,70  | 12,90     | 65,25                          |
| Яйцо отварное                                     | 40     | 2024                                                          | 227                                   | 5,70  | 4,80  | 0,30      | 68,00                          |
| Чай с сахаром                                     | 200    | 2024                                                          | 453                                   | 0,10  | 0,20  | 10,00     | 40,00                          |
| Яблоко свежее                                     | 100    | 2008                                                          | 9.1                                   | 0,40  | 0,40  | 9,80      | 44,40                          |
| Итого за прием пищи:                              | 525    |                                                               |                                       | 15,90 | 16,70 | 70,16     | 471,45                         |
| Обед                                              |        |                                                               |                                       |       |       |           |                                |
| Салат "Мозайка"                                   | 60     | 2022                                                          | 28                                    | 0,95  | 3,00  | 0,60      | 78,00                          |
| Суп с вермишелью, картофелем и курой отварной     | 200/10 | 2024                                                          | 105                                   | 6,30  | 6,80  | 12,10     | 155,00                         |
| Тефтели рыбные в соусе сметанном с томатом        | 90/30  | 2024                                                          | 262                                   | 10,40 | 9,50  | 14,40     | 149,80                         |
| Пюре картофельное                                 | 150    | 2024                                                          | 360                                   | 2,10  | 5,60  | 30,00     | 154,00                         |
| 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 сухофруктов                             | 200    | 2024                                                          | 425                                   | 0,44  | 0,08  | 18,30     | 76,00                          |
| Итого за прием пищи:                              | 830    |                                                               |                                       | 26,66 | 26,95 | 117,12    | 822,50                         |
| Всего за день:                                    |        |                                                               |                                       | 42,56 | 43,65 | 187,28    | 1293,95                        |

Заведующий производством