Утверждаю

Генеральный директор АО "Комбинат социального питания Парголово"

Камедин А.В._____

"17" декабря 2025 г.

Согласовано

Директор гимназии № 363

Акатова И.В._____

"17" декабря 2025 г.

Ежедневное меню комплексного обеда учащихся 12-18 лет

13 марта 2026 г

5 день

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологической карты	Белки Всего г	Жиры Всего г	Углеводы, Всего г	Энергетическая ценность, ккал.
Комплексный обед							
Винегрет овощной	100	ТТК	1.49	1,40	8,20	6.66	110.66
Рассольник ленинградский с перловой крупой, курицей отварной и сметаной	250/10/5	2008	91	4,70	7,00	28.30	170.80
Голубцы ленивые	300	ТТК	9.17	17,14	14,40	27.96	310,37
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
Напиток из протёртой брусники	200	ТТК	13.13	0,50	0,10	24.10	95.20
Апельсин свежий	100	2011	338	0,90	0,20	8.10	43.00
Молоко м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке	200	ТТК	16.3	5.92	5,08	9.38	107.56
Сдоба обыкновенная	75	ТТК	14.3	5,70	14,90	37.20	246.00
Всего за прием пищи:	**1350**			**45,06**	**54,75**	**198,28**	**1357,59**
Всего за день:				**45,06**	**54,75**	**198,28**	**1357,59**

Заведующий производством_____