

СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ гимназии № 363

Акатова И.Б.

17.08.2026 г.



УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

Камедин А.В.

17.08. 2026 г.



Ежедневное меню 12-18 лет (комплексный обед)

22.08.2026г.

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	
10 день (четверг)							
Комплексный обед							
Салат из белокочанной капусты с огурцами	150	2021	5	1,50	11,25	14,13	163,80
Уха из рыбы со свежей зеленью	290/10	2024	112	11,60	8,20	29,00	233,13
Птица, тушеная в сметанном соусе	120	2024	331	8,28	10,56	10,40	210,70
Каша гречневая рассыпчатая	230	2024	347	7,80	5,24	36,00	266,20
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	50	2021	575	3,40	0,65	19,90	99,00
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	60	2021	576	4,5	1,74	30,96	156,60
Напиток из протёртой брусники	200	2024	463	0,13	0,06	7,20	30,00
Яблоко свежее	100	2008	9.1	0,40	0,40	9,80	44,40
Зефир витаминизированный	35	2021	582/1	0,63	0,10	16,20	66,80
Булочка "Веснушка"	75	2024	502	7,58	8,50	40,80	248,80
Итого за прием пищи:	1320			45,82	46,70	214,39	1519,43
Всего за день:				45,82	46,70	214,39	1519,43

Зав.производством

Handwritten signature