

Утверждаю

Согласовано

Генеральный директор АО "Комбинат
социального питания Парголово"

Директор гимназия № 363

/Акатова И.Б.



2025 г.



2025 г.

Ежедневное меню комплексного обеда учащихся 12-18 лет

28 января 2026 г

3 день

Наименование	Выход,	Технологи- ческая и нормативн ая документа ция /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологи ческой карты	Белки	Жиры	Угле-воды.	Энергети- ческая ценность. ккал.
	г			Всего	Всего	Всего	
				г	г	г	
Комплексный обед							
Салат из квашеной капусты	100	2008	40	1,60	5,10	7,70	83,00
Суп картофельный с горохом и гречками	250/10	2012	81/116	6,20	4,40	20,75	147,40
Котлета рубленая из филе куриного	100	ТТК	10.22	10,93	6,22	9,94	160,83
Ризотто (рис с овощами)	200	ТТК	4.19	3,86	9,90	22,74	195,60
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
Компот из свежих яблок	200	ТТК	13.1	0,20	0,20	20,10	87,80
Молоко м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке	200	ТТК	16.3	5,92	5,08	9,38	107,56
Груша свежая	100	2011	338	0,40	0,30	10,30	47,00
Булочка "домашняя"	100	ТТК	14.2	7,20	10,80	49,80	300,60
Итого за прием пищи:	1370			45,11	46,87	207,29	1403,79
Всего за день:				45,11	46,87	207,29	1403,79

Заведующий производством _____