

Утверждаю  
Генеральный директор  
АО "Комбинат социального питания Парголово"

Камедин А.В.  
"01" сентября 2025 г.



Согласовано  
Согласовано  
Директор ГБОУ гимназия № 363  
Фрунзенский района

Акимова И.Б.  
"01" сентября 2025 г.



Ежедневное меню учащихся 12-18  
09 декабря 2025 г

| Наименование                                                      | Выход,    | Техноло<br>ги-<br>ческая и<br>нормати | №<br>рецептур<br>ы или<br>технолог | Белки      | Жиры       | Угле-<br>воды, | Энер-<br>гети-<br>ческая<br>цен- |
|-------------------------------------------------------------------|-----------|---------------------------------------|------------------------------------|------------|------------|----------------|----------------------------------|
|                                                                   | г         |                                       |                                    |            |            |                |                                  |
|                                                                   |           |                                       |                                    | Всего<br>г | Всего<br>г | Всего<br>г     |                                  |
| 2 день                                                            |           |                                       |                                    |            |            |                |                                  |
| Комплексный обед                                                  |           |                                       |                                    |            |            |                |                                  |
| Салат из свежей капусты с<br>огурцом                              | 100       | ТТК                                   | 1.6                                | 1,02       | 5,30       | 4,36           | 88,50                            |
| Борщ с капустой и<br>картофелем, отварной<br>говядиной и сметаной | 250/10/10 | 2008                                  | 76                                 | 5,32       | 7,10       | 14,40          | 159,70                           |
| Шницель рубленый мясной                                           | 100       | ТТК                                   | 9.7                                | 8,22       | 11,66      | 4,04           | 147,90                           |
| Макаронные изделия<br>отварные                                    | 200       | 2008                                  | 331                                | 6,50       | 6,40       | 39,50          | 254,40                           |
| Батон нарезной<br>обогащённый<br>микронутриентами                 | 50        | ТТК                                   | 15.1                               | 4,00       | 2,32       | 25,98          | 136,00                           |
| Хлеб ржано-пшеничный<br>обогащённый<br>микронутриентами           | 60        | ТТК                                   | 15.4                               | 4,80       | 2,55       | 30,60          | 138,00                           |
| Компот из смеси<br>сухофруктов                                    | 200       | ТТК                                   | 13.4                               | 0,60       | 0,10       | 23,50          | 97,20                            |
| Яблоко свежее                                                     | 100       | 2011                                  | 338                                | 0,40       | 0,40       | 9,80           | 44,40                            |
| Йогурт фруктовый, м.д.ж.<br>2,5% в индивидуальной<br>упаковке     | 100       | ТТК                                   | 16.1                               | 4,10       | 2,50       | 4,90           | 87,00                            |
| Итого за прием пищи:                                              | 1180      |                                       |                                    | 34,96      | 38,33      | 157,08         | 1153,10                          |
| Всего за день:                                                    |           |                                       |                                    | 34,96      | 38,33      | 157,08         | 1153,10                          |