

Утверждаю
Генеральный директор АО "Комбинат
социального питания Парголово"
Камедин А.В.
" 17 " декабря 2025 г.

Согласовано
Директор гимназии № 363
Акатова И.Б.
" 17 " декабря 2025 г.

Ежедневное меню комплексного обеда учащихся 12-18 лет
10 марта 2026 г
2 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 свежей капусты с огурцом	100	ТТК	1.6	1,02	5,30	4.36	88.50
Борщ с капустой и картофелем, отварной говядиной и сметаной	250/10/10	2008	76	5,32	7,10	14,40	159.70
Шницель рубленный мясной	100	ТТК	9.7	8,22	11,66	4.04	147.90
Макаронные изделия отварные	200	2008	331	7,30	6,40	39.50	254.40
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 смеси 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. 2,5%	150	ТТК	16.1	4,10	2,50	4,90	87.00
Итого за прием пищи:	1230			35,76	38,33	157,08	1153,10
Всего за день:				35,76	38,33	157,08	1153,10

Заведующий производством 