

Утверждаю

Генеральный директор АО "Комбинат
социального питания Парголово"



Камедин А.В.
декабря 2025 г.

Согласовано

Директор гимназии № 363

Акатора И.Б.

" 17 " декабря 2025 г.

Ежедневное меню комплексного обеда учащихся 12-18 лет

20 февраля 2026 г

11 день

| Наименование | Выход, г | технолого- ческая и нормативн ая документа ция /сборник рецептур/ | № рецептуры или технолого- ческой карты | Белки | Жиры | Угле-воды. | Энергети- ческая ценность. ккал. |
|--|-------------|--|--|--------------|--------------|---------------|---|
| | | | | Всего | Всего | Всего | |
| 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 |
| Жаркое по-домашнему со свининой | 300 | ТТК | 9.16 | 15,62 | 18,67 | 29,00 | 346,71 |
| 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 |
| Апельсин свежий | 100 | 2011 | 338 | 0,90 | 0,20 | 8,10 | 43,00 |
| Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5% | 150 | ТТК | 16.1 | 4,10 | 2,50 | 4,90 | 87,00 |
| Зефир витаминизированный | 35 | ТТК | 12.1 | 0,63 | 0,10 | 28,20 | 101,60 |
| Итого за прием пищи: | 1255 | | | 38,45 | 35,94 | 178,73 | 1179,91 |
| Всего за день: | | | | 38,45 | 35,94 | 178,73 | 1179,91 |

Заведующий производством