

СОГЛАСОВАНО

Директор ВБОУ гимназии №363

Аказова 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)

10 октября 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	
8 день (вторник)							
Комплексный обед							
Огурец солёный порционно	100	2024	385	0,48	6,2	11,50	52,10
Щи по-уральски с крупой, курицей и сметаной	280/10/10	2024	91	8,30	7,60	24,00	177,60
Тефтели мясные в соусе сметанном с томатом	100/20	2024	299	9,80	6,70	9,50	188,60
Пюре картофельное	230	2024	360	6,40	6,80	37,44	195,50
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
Компот из сухофруктов	200	2024	425	0,44	0,08	8,30	76,00
Яблоко свежее	100	2008	9,1	0,40	0,40	9,80	44,40
Вафли	20	2021	580	1,44	2,8	9,80	62,00
Сдоба обыкновенная	75	2024	496	7,80	8,50	48,50	274,70
Итого за прием пищи:	1255			42,96	41,47	209,70	1631,88
Всего за день:				42,96	41,47	209,70	1631,88

Зав.производством