

Утверждаю

Согласовано

Генеральный директор АО "Комбинат социального питания Парголово"

Камедин А.В.



2025 г.

Директор



Ежедневное меню завтрака и обеда учащихся 7-11 лет

13 января 2026 г

2 день

| Наименование | Выход, г | Технологическая и нормативная документация /сборник рецептур/ | № рецептуры или технологичес- кой карты | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетиче- ская ценность. ккал. |
|--------------|-------------|---|---|-------|-------|----------|---|
| | | | | Всего | Всего | Всего | |
| | | | | г | г | г | |

Завтрак

| | | | | | | | |
|---|------------|------|------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| Чизкейк, запечённый по-школьному с повидлом | 150/15 | ТТК | 7.4 | 13.33 | 14.76 | 31,72 | 352.99 |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами | 25 | ТТК | 15.3 | 2,00 | 1,16 | 12,99 | 68.00 |
| Чай с лимоном | 200 | 2008 | 431 | 0,29 | 0,10 | 14,69 | 59.90 |
| Вафли | 20 | ТТК | 12.7 | 1,44 | 2,23 | 9,80 | 62.00 |
| Яблоко свежее | 100 | 2011 | 338 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 44.40 |
| Итого за прием пищи: | 510 | | | 17,46 | 18,65 | 79,00 | 587,29 |

Обед

| | | | | | | | |
|---|------------|------|------|--------------|--------------|---------------|----------------|
| Салат из свежей капусты с огурцом | 60 | ТТК | 1.2 | 0,61 | 3,20 | 2,62 | 53,10 |
| Борщ с капустой и картофелем, отварной говядиной и сметаной | 200/5/5 | 2008 | 76 | 3,46 | 4,63 | 9,71 | 93,30 |
| Шницель рубленый мясной | 90 | ТТК | 9.1 | 7,40 | 10,50 | 3,64 | 133,18 |
| Макаронные изделия отварные | 150 | 2008 | 331 | 5,50 | 4,80 | 31,30 | 191,00 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 40 | ТТК | 15.2 | 3,20 | 1,70 | 20,40 | 92,00 |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами | 50 | ТТК | 15.1 | 4,00 | 2,32 | 25,98 | 136,00 |
| Компот из смеси сухофруктов | 200 | ТТК | 13.4 | 0,60 | 0,10 | 23,50 | 97,20 |
| Итого за прием пищи: | 800 | | | 24,77 | 27,25 | 117,15 | 795,78 |
| Всего за день: | | | | 42,23 | 45,90 | 196,15 | 1383,07 |

Заведующий производством _____