

Утверждаю

Генеральный директор

АО "Комбинат социального питания Парголово"

Каме



Согласовано

Директор



Ежедневное меню комплексного обеда учащихся 12-18 лет

24 ноября 2025 г

| Наименование                                      | Выход,    | Технологи-<br>ческая и<br>нормативная<br>документаци<br>я /сборник<br>рецептур/ | №<br>рецептуры<br>или<br>технологич<br>еской<br>карты | Белки | Жиры  | Угле-воды, | Энергети-<br>ческая<br>ценность,<br>ккал. |
|---------------------------------------------------|-----------|---------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|-------|-------|------------|-------------------------------------------|
|                                                   | г         |                                                                                 |                                                       | Всего | Всего | Всего      |                                           |
|                                                   |           |                                                                                 |                                                       | г     | г     | г          |                                           |
| 1 день                                            |           |                                                                                 |                                                       |       |       |            |                                           |
| Комплексный обед                                  |           |                                                                                 |                                                       |       |       |            |                                           |
| Огурец солёный порционно                          | 100       | ТТК                                                                             | 1.5                                                   | 0,80  | 0,10  | 2,00       | 11,00                                     |
| Щи по-уральски с крупой и курицей, со сметаной    | 250/15/10 | 2012                                                                            | 72                                                    | 3,00  | 4,53  | 13,20      | 147,10                                    |
| Гуляш                                             | 100       | ТТК                                                                             | 9.38                                                  | 11,24 | 12,30 | 8,40       | 214,20                                    |
| Каша гречневая рассыпчатая "по-домашнему"         | 200       | ТТК                                                                             | 4.18                                                  | 4,80  | 6,13  | 13,86      | 129,86                                    |
| Батон парезной 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                                    |
| Сок фруктовый (яблочный)                          | 200       | 2008                                                                            | 442                                                   | 1,00  | 0,20  | 19,80      | 86,00                                     |
| Мандарин свежий                                   | 100       | 2011                                                                            | 338                                                   | 0,80  | 0,10  | 7,50       | 38,00                                     |
| Молоко м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке      | 200       | ТТК                                                                             | 16.3                                                  | 5,92  | 5,08  | 9,38       | 107,56                                    |
| Плюшка "Московская"                               | 100       | ТТК                                                                             | 14.1                                                  | 8,62  | 14,40 | 61,65      | 329,80                                    |
| Итого за прием пищи:                              | 1385      |                                                                                 |                                                       | 44,98 | 47,71 | 192,37     | 1337,52                                   |
| Всего за день:                                    |           |                                                                                 |                                                       | 44,98 | 47,71 | 192,37     | 1337,52                                   |

Заведующий производством \_\_\_\_\_

Утверждаю

Генеральный директор

АО "Комплекс социального питания Парголово"

Камедин А.В.

10 ноября 2025 г

Согласовано

Директор

Виталий Гусев 31

Ежедневное меню комплексного обеда учащихся 12-18 лет

25 ноября

2025 г

| Наименование                                                | Выход,    | Технологи-<br>ческая и<br>нормативная<br>документаци<br>я /сборник<br>рецептур/ | №<br>рецептуры<br>или<br>технологич<br>еской<br>карты | Белки | Жиры  | Угле-воды, | Энергети-<br>ческая<br>ценность,<br>ккал. |
|-------------------------------------------------------------|-----------|---------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|-------|-------|------------|-------------------------------------------|
|                                                             | г         |                                                                                 |                                                       |       |       |            |                                           |
|                                                             |           |                                                                                 |                                                       | Всего | Всего | Всего      |                                           |
|                                                             | г         |                                                                                 |                                                       | г     | г     |            |                                           |
| 2 день                                                      |           |                                                                                 |                                                       |       |       |            |                                           |
| 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 рубленый 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

Утверждаю

Генеральный директор

АО "Комбинат социального питания "Ириголово"

Камедин А.В.



Ежедневное меню комплексного обеда учащихся 12-18 лет

26 ноября 2025 г

| Наименование                                      | Выход, | Технологи-<br>ческая и<br>нормативная<br>документаци<br>я /сборник<br>рецептур/ | №<br>рецептуры<br>или<br>технологич<br>еской<br>карты | Белки | Жиры  | Угле-воды, | Энергети-<br>ческая<br>ценность,<br>ккал. |
|---------------------------------------------------|--------|---------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|-------|-------|------------|-------------------------------------------|
|                                                   | г      |                                                                                 |                                                       |       |       |            |                                           |
|                                                   |        |                                                                                 |                                                       | Всего | Всего | Всего      |                                           |
|                                                   | г      |                                                                                 |                                                       | г     | г     | г          |                                           |
| 3 день                                            |        |                                                                                 |                                                       |       |       |            |                                           |
| 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                                    |
| Котлета рубленая из филе куриного                 | 100    | ТТК                                                                             | 10.22                                                 | 10,93 | 6,22  | 9,94       | 160,83                                    |
| Ризотто (рис с овощами)                           | 200    | ТТК                                                                             | 4.19                                                  | 3,86  | 9,90  | 22,74      | 195,60                                    |
| 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 свежих яблок                            | 200    | ТТК                                                                             | 13.1                                                  | 0,20  | 0,20  | 20,10      | 87,80                                     |
| Молоко м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке      | 200    | ТТК                                                                             | 16.3                                                  | 5,92  | 5,08  | 9,38       | 107,56                                    |
| Груша свежая                                      | 100    | 2011                                                                            | 338                                                   | 0,40  | 0,30  | 10,30      | 47,00                                     |
| Булочка "домашняя"                                | 100    | ТТК                                                                             | 14.2                                                  | 7,20  | 10,80 | 49,80      | 300,60                                    |
| Итого за прием пищи:                              | 1370   |                                                                                 |                                                       | 45,11 | 46,87 | 207,29     | 1403,79                                   |
| Всего за день:                                    |        |                                                                                 |                                                       | 45,11 | 46,87 | 207,29     | 1403,79                                   |

Заведующий производством \_\_\_\_\_

Утверждаю  
Генеральный директор  
АО "Комбинат общественного питания Парголово"  
  
Камедин А.В.



Согласовано  
Директор  
*Бурмистров И.И.*



Ежедневное меню комплексного обеда учащихся 12-18 лет  
27 ноября 2025 г

| Наименование                                                | Выход  | Технологи-<br>ческая и<br>нормативная<br>документаци<br>я /сборник<br>рецептур/ | №<br>рецентуры<br>или<br>технологич<br>еской<br>карты | Белки | Жиры  | Угле-воды, | Энергети-<br>ческая<br>ценность,<br>ккал. |
|-------------------------------------------------------------|--------|---------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|-------|-------|------------|-------------------------------------------|
|                                                             | г      |                                                                                 |                                                       | Всего | Всего | Всего      |                                           |
|                                                             |        |                                                                                 |                                                       | г     | г     | г          |                                           |
| 4 день                                                      |        |                                                                                 |                                                       |       |       |            |                                           |
| Комплексный обед                                            |        |                                                                                 |                                                       |       |       |            |                                           |
| Салат из свеклы с яйцом                                     | 80/20  | 2011                                                                            | 52/209                                                | 3,55  | 8,75  | 4,50       | 125,00                                    |
| Суп с макаронными изделиями, картофелем и курой<br>отварной | 250/10 | 2012                                                                            | 82                                                    | 4,40  | 2,90  | 16,15      | 125,70                                    |
| Тефтели рыбные в соусе кисло-сладком с овощами              | 100/20 | ТТК                                                                             | 8.8                                                   | 9,12  | 7,54  | 9,78       | 143,50                                    |
| Картофель отварной                                          | 200    | 2008                                                                            | 333                                                   | 3,83  | 7,06  | 27,10      | 187,10                                    |
| 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                                    |
| Сок фруктовый (персиковый)                                  | 200    | ТТК                                                                             | 13.14                                                 | 1,00  | 0,20  | 15,00      | 76,00                                     |
| 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                                     |
| Плюшка "Московская"                                         | 100    | ТТК                                                                             | 14.1                                                  | 8,62  | 14,40 | 61,65      | 329,80                                    |
| Итого за прием пищи:                                        | 1340   |                                                                                 |                                                       | 43,82 | 48,62 | 205,46     | 1392,50                                   |
| Всего за день:                                              |        |                                                                                 |                                                       | 43,82 | 48,62 | 205,46     | 1392,50                                   |

Заведующий производством \_\_\_\_\_

Утверждаю

Генеральный директор  
АО "Комбинат социального питания "Пирогово"

Камедин А.В.



Согласовано



Ежедневное меню комплексного обеда учащихся 12-18 лет

28 ноября 2025 г

| Наименование                                                               | Выход,   | Технологи-<br>ческая и<br>нормативная<br>документаци<br>я /сборник<br>рецептур/ | №<br>рецептуры<br>или<br>технологич<br>еской<br>карты | Белки | Жиры  | Угле-воды, | Энергети-<br>ческая<br>ценность,<br>ккал. |
|----------------------------------------------------------------------------|----------|---------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|-------|-------|------------|-------------------------------------------|
|                                                                            | г        |                                                                                 |                                                       | Всего | Всего | Всего      |                                           |
|                                                                            |          |                                                                                 |                                                       | г     | г     | г          |                                           |
| 5 день                                                                     |          |                                                                                 |                                                       |       |       |            |                                           |
| Комплексный обед                                                           |          |                                                                                 |                                                       |       |       |            |                                           |
| Винегрет овощной                                                           | 100      | ТТК                                                                             | 1.49                                                  | 1,40  | 8,20  | 6,66       | 110,66                                    |
| Рассольник ленинградский с перловой крупой, курицей<br>отварной и сметаной | 250/10/5 | 2008                                                                            | 91                                                    | 4,70  | 7,00  | 28,30      | 170,80                                    |
| Голубцы ленивые                                                            | 300      | ТТК                                                                             | 9.17                                                  | 17,14 | 14,40 | 27,96      | 310,37                                    |
| 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                                    |
| Напиток из протёртой брусники                                              | 200      | ТТК                                                                             | 13.13                                                 | 0,50  | 0,10  | 24,10      | 95,20                                     |
| Апельсин свежий                                                            | 100      | 2011                                                                            | 338                                                   | 0,90  | 0,20  | 8,10       | 43,00                                     |
| Молоко м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке                               | 200      | ТТК                                                                             | 16.3                                                  | 5,92  | 5,08  | 9,38       | 107,56                                    |
| Сдоба обыкновенная                                                         | 75       | ТТК                                                                             | 14.3                                                  | 5,70  | 14,90 | 37,20      | 246,00                                    |
| Всего за прием пищи:                                                       | 1350     |                                                                                 |                                                       | 45,06 | 54,75 | 198,28     | 1357,59                                   |
| Всего за день:                                                             |          |                                                                                 |                                                       | 45,06 | 54,75 | 198,28     | 1357,59                                   |

Заведующий производством \_\_\_\_\_

Утверждаю

Генеральный директор

АО "Комбинат социального питания Парголово"

Камедин А.В.

"10" ноября 2025 г

Согласовано

Директор

Гуснов З.Р.

"10" ноября 2025 г

Ежедневное меню комплексного обеда учащихся 12-18 лет

1 декабря 2025 г

| Наименование                                      | Выход, | Технологи-<br>ческая и<br>нормативная<br>документаци<br>я /сборник<br>рецептур/ | №<br>рецептуры<br>или<br>технологич<br>еской<br>карты | Белки | Жиры  | Угле-воды, | Энергети-<br>ческая<br>ценность,<br>ккал. |
|---------------------------------------------------|--------|---------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|-------|-------|------------|-------------------------------------------|
|                                                   | г      |                                                                                 |                                                       | Всего | Всего | Всего      |                                           |
|                                                   |        |                                                                                 |                                                       | г     | г     | г          |                                           |
| 7 день                                            |        |                                                                                 |                                                       |       |       |            |                                           |
| Комплексный обед                                  |        |                                                                                 |                                                       |       |       |            |                                           |
| Огурец солёный порционно                          | 100    | ТТК                                                                             | 1.5                                                   | 0,80  | 0,10  | 2,00       | 11,00                                     |
| Бульон куриный с вермишелью и яйцом               | 250/10 | ТТК                                                                             | 2.4                                                   | 9,75  | 3,87  | 12,62      | 136,50                                    |
| Паэлья с курицей                                  | 300    | ТТК                                                                             | 10.23                                                 | 10,25 | 21,37 | 45,11      | 431,67                                    |
| 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                                    |
| Сок фруктовый (яблочный)                          | 200    | 2008                                                                            | 442                                                   | 1,00  | 0,20  | 19,80      | 86,00                                     |
| Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5%                     | 150    | ТТК                                                                             | 16.1                                                  | 4,10  | 2,50  | 4,90       | 87,00                                     |
| Мандарин свежий                                   | 100    | 2011                                                                            | 338                                                   | 0,80  | 0,10  | 7,50       | 38,00                                     |
| Сдоба обыкновенная                                | 75     | ТТК                                                                             | 14.3                                                  | 5,70  | 14,90 | 37,20      | 246,00                                    |
| Итого за прием пищи:                              | 1295   |                                                                                 |                                                       | 41,20 | 47,91 | 185,71     | 1310,17                                   |
| Всего за день:                                    |        |                                                                                 |                                                       | 41,20 | 47,91 | 185,71     | 1310,17                                   |

Заведующий производством \_\_\_\_\_

Утверждаю

Генеральный директор

АО "Комбинат социального питания Парголово"

Камедин А.В.



Согласовано

Директор

Тусов В.В.

10 ноября 2025 г

Ежедневное меню комплексного обеда учащихся 12-18 лет

2 декабря 2025 г

| Наименование                                      | Выход, | Технологи-<br>ческая и<br>нормативная<br>документаци<br>я /сборник<br>рецептур/ | №<br>рецептуры<br>или<br>технологич<br>еской<br>карты | Белки | Жиры  | Угле-воды, | Энергети-<br>ческая<br>ценность,<br>ккал. |
|---------------------------------------------------|--------|---------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|-------|-------|------------|-------------------------------------------|
|                                                   | г      |                                                                                 |                                                       |       |       |            |                                           |
|                                                   |        |                                                                                 |                                                       | Всего | Всего | Всего      |                                           |
|                                                   | г      |                                                                                 |                                                       | г     | г     | г          |                                           |
| 8 день                                            |        |                                                                                 |                                                       |       |       |            |                                           |
| Комплексный обед                                  |        |                                                                                 |                                                       |       |       |            |                                           |
| Салат витаминный                                  | 100    | ТТК                                                                             | 1.47                                                  | 1,20  | 5,33  | 7,66       | 87,00                                     |
| Суп рыбный с картофелем и перловой крупой         | 250/20 | 2008                                                                            | 98/228                                                | 7,12  | 2,88  | 19,60      | 132,40                                    |
| Тефтели мясные в соусе сметанном с томатом        | 100/20 | ТТК                                                                             | 9.15                                                  | 7,91  | 10,65 | 10,67      | 170,08                                    |
| Каша гречневая рассыпчатая "по-домашнему"         | 200    | ТТК                                                                             | 4.18                                                  | 4,80  | 6,13  | 13,86      | 129,86                                    |
| 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                                    |
| Яблоко свежее                                     | 100    | 2011                                                                            | 338                                                   | 0,40  | 0,40  | 9,80       | 44,40                                     |
| Напиток из шиповника                              | 200    | ТТК                                                                             | 13.1                                                  | 0,20  | 0,20  | 20,10      | 87,80                                     |
| Молоко м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке      | 200    | ТТК                                                                             | 16.3                                                  | 5,92  | 5,08  | 9,38       | 107,56                                    |
| Булочка "домашняя"                                | 100    | ТТК                                                                             | 14.2                                                  | 7,20  | 10,80 | 49,80      | 300,60                                    |
| Итого за прием пищи:                              | 1400   |                                                                                 |                                                       | 43,55 | 46,34 | 197,45     | 1333,70                                   |
| Всего за день:                                    |        |                                                                                 |                                                       | 43,55 | 46,34 | 197,45     | 1333,70                                   |

Заведующий производством

Утверждаю

Генеральный директор  
АО "Комбинат социального питания Царголово"

Камедин А.В.



Ежедневное меню комплексного обеда учащихся 12-18 лет

3 декабря 2025 г

| Наименование                                      | Выход     | Технологи-<br>ческая и<br>нормативная<br>документаци<br>я /сборник<br>рецептур/ | №<br>рецептуры<br>или<br>технологич<br>еской<br>карты | Белки | Жиры  | Угле-воды | Энергети-<br>ческая<br>ценность,<br>ккал. |
|---------------------------------------------------|-----------|---------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|-------|-------|-----------|-------------------------------------------|
|                                                   | г         |                                                                                 |                                                       | Всего | Всего | Всего     |                                           |
|                                                   |           |                                                                                 |                                                       | г     | г     | г         |                                           |
| 9 день                                            |           |                                                                                 |                                                       |       |       |           |                                           |
| Комплексный обед                                  |           |                                                                                 |                                                       |       |       |           |                                           |
| Салат из свёклы отварной с подсолнечным маслом    | 100       | 2011                                                                            | 52                                                    | 2,80  | 6,40  | 4,33      | 90,66                                     |
| Суп из овощей с курицей отварной и сметаной       | 250/15/10 | 2012                                                                            | 64                                                    | 5,10  | 6,00  | 10,90     | 112,10                                    |
| Печень по-строгановски                            | 120       | ТТК                                                                             | 9.40                                                  | 10,70 | 12,13 | 6,36      | 194,30                                    |
| Картофель отварной                                | 200       | 2008                                                                            | 333                                                   | 3,83  | 7,06  | 27,10     | 187,10                                    |
| 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 свежих яблок                            | 200       | ТТК                                                                             | 13.1                                                  | 0,20  | 0,20  | 20,10     | 87,80                                     |
| Груша свежая                                      | 100       | 2011                                                                            | 338                                                   | 0,40  | 0,30  | 10,30     | 47,00                                     |
| Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5%                     | 150       | ТТК                                                                             | 16.1                                                  | 4,10  | 2,50  | 4,90      | 87,00                                     |
| Пряник                                            | 60        | ТТК                                                                             | 12.3                                                  | 3,60  | 1,80  | 46,80     | 201,60                                    |
| Итого за прием пищи:                              | 1315      |                                                                                 |                                                       | 39,53 | 41,26 | 187,37    | 1281,56                                   |
| Всего за день:                                    |           |                                                                                 |                                                       | 39,53 | 41,26 | 187,37    | 1281,56                                   |

Заведующий производством \_\_\_\_\_

Утверждаю

Генеральный директор

АО "Комбинат социального питания "Парголово"

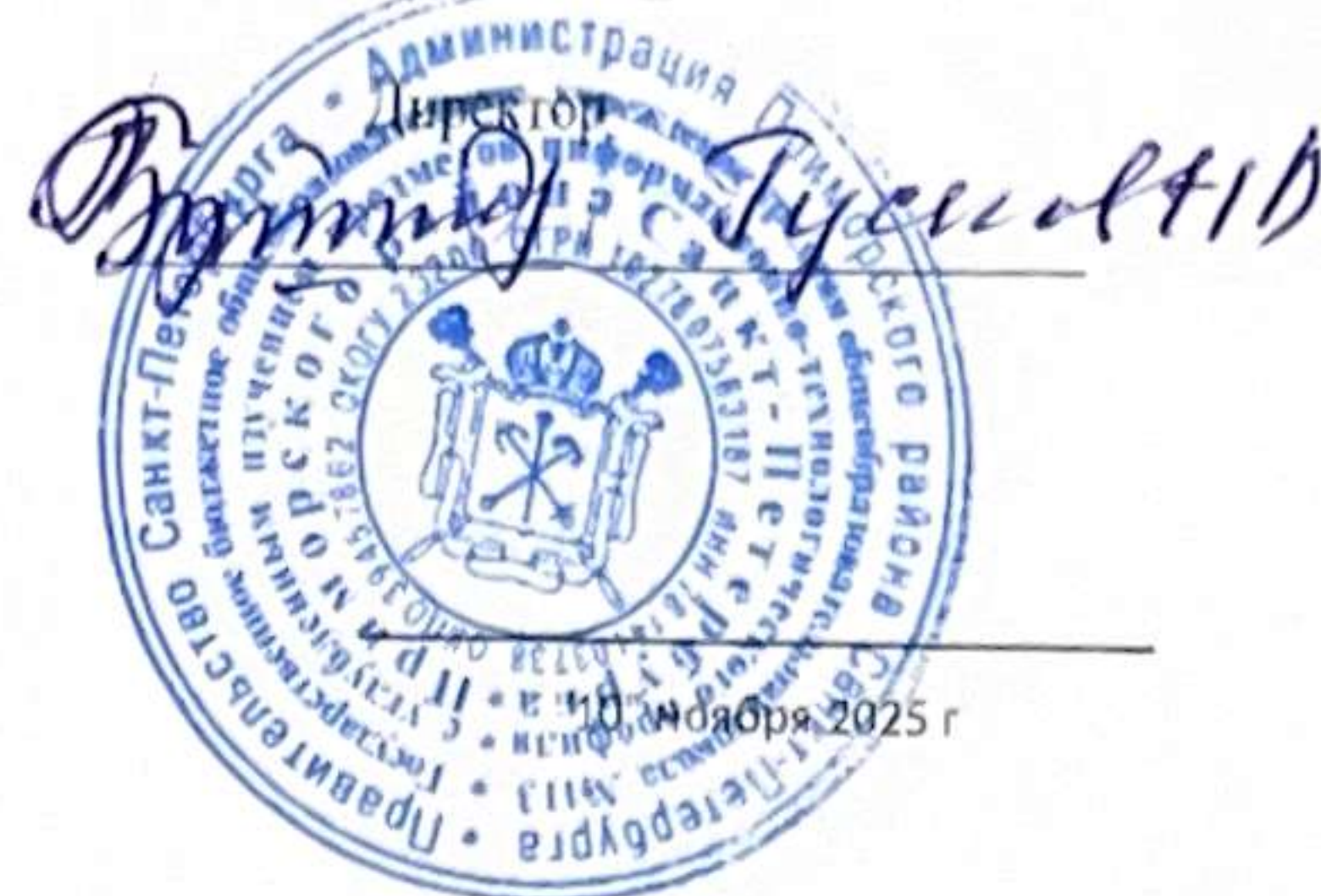
Камедин А.В.



"10" ноября 2025 г

Согласовано

Директор



Ежедневное меню комплексного обеда учащихся 12-18 лет

4 декабря

2025 г

| Наименование                                           | Выход,    | Технологи-<br>ческая и<br>нормативная<br>документаци<br>я /сборник<br>рецептур/ | №<br>рецептуры<br>или<br>технологич<br>еской<br>карты | Белки | Жиры  | Угле-воды, | Энергети-<br>ческая<br>цепность<br>ккал. |
|--------------------------------------------------------|-----------|---------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|-------|-------|------------|------------------------------------------|
|                                                        | г         |                                                                                 |                                                       |       |       |            |                                          |
|                                                        |           |                                                                                 |                                                       | Всего | Всего | Всего      |                                          |
|                                                        |           |                                                                                 |                                                       | г     | г     | г          |                                          |
| 10 день                                                |           |                                                                                 |                                                       |       |       |            |                                          |
| Комплексный обед                                       |           |                                                                                 |                                                       |       |       |            |                                          |
| Салат "Мозайка"                                        | 100       | ТТК                                                                             | 1.42                                                  | 5,50  | 6,00  | 7,00       | 120,66                                   |
| Борщ с капустой, картофелем, курой отварной и сметаной | 250/15/10 | 2008                                                                            | 76                                                    | 9,85  | 7,20  | 15,06      | 178,80                                   |
| Паста Болоньезе "по-школьному"                         | 300       | ТТК                                                                             | 9.41                                                  | 11,31 | 15,15 | 41,85      | 296,35                                   |
| 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                                   |
| Сок фруктовый (персиковый)                             | 200       | ТТК                                                                             | 13.14                                                 | 1,00  | 0,20  | 15,00      | 76,00                                    |
| Яблоко свежее                                          | 100       | 2011                                                                            | 338                                                   | 0,40  | 0,40  | 9,80       | 44,40                                    |
| Молоко м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке           | 200       | ТТК                                                                             | 16.3                                                  | 5,92  | 5,08  | 9,38       | 107,56                                   |
| Сдоба обыкновенная                                     | 75        | ТТК                                                                             | 14.3                                                  | 5,70  | 14,90 | 37,20      | 246,00                                   |
| Итого за прием пищи:                                   | 1360      |                                                                                 |                                                       | 48,48 | 53,80 | 191,87     | 1343,77                                  |
| Всего за день:                                         |           |                                                                                 |                                                       | 48,48 | 53,80 | 191,87     | 1343,77                                  |

Заведующий производством \_\_\_\_\_

Утверждаю  
Генеральный директор  
АО "Комбинат социального питания Парголово"  
  
Камедин А.В.  
"10" ноября 2025 г



Согласовано  
Директор  
Гусев Н.В.  
"10" ноября 2025 г



Ежедневное меню комплексного обеда учащихся 12-18 лет  
5 декабря 2025 г

| Наименование                                      | Выход  | Технологи-<br>ческая и<br>нормативная<br>документаци<br>я /сборник<br>рецептур/ | №<br>рецептуры<br>или<br>технологич<br>еской<br>карты | Белки | Жиры  | Угле-воды, | Энергети-<br>ческая<br>ценность,<br>ккал. |
|---------------------------------------------------|--------|---------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|-------|-------|------------|-------------------------------------------|
|                                                   | г      |                                                                                 |                                                       |       |       |            |                                           |
|                                                   |        |                                                                                 |                                                       | Всего | Всего | Всего      |                                           |
|                                                   | г      |                                                                                 |                                                       | г     | г     | г          |                                           |
| 11 день                                           |        |                                                                                 |                                                       |       |       |            |                                           |
| 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 \_\_\_\_\_