**Утверждаю**

Генеральный директор АО "Комбинат социального питания Парголово"

Камедин А.В. _____

17.08.2026

**Согласовано**

Директор ГБОУ средней школы № _____

***Ежедневное меню завтрака и обеда учащихся 7-11 лет***

11.11.26

| Наименование | Выход, г | Технологическая и нормативная документация (сборник рецептур) | № рецептуры или технологической карты | Белки Всего г | Жиры Всего г | Углеводы, Всего г | Энергетическая ценность, ккал. |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **3 день (среда)** | | | | | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | |
| Чизкейк запечённый "По-школьному" со сгущенным молоком | 150/10 | 2024 | 243н | 8,50 | 12,80 | 47,10 | 340,00 |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами | 25 | 2021 | 576 | 1,90 | 0,70 | 12,90 | 65,25 |
| Чай с лимоном | 200 | 2024 | 454 | 0,20 | 0,00 | 7,20 | 30,00 |
| Груша свежая | 100 | 2021 | 82 | 0,40 | 0,30 | 10,30 | 47,00 |
| Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5% | 150 | 2021 | 470 | 4,40 | 2,50 | 6,00 | 75,00 |
| **Итого за прием пищи:** | **635** | | | **15,40** | **16,30** | **83,50** | **557,25** |
| **Обед** | | | | | | | |
| Салат из квашеной капусты | 60 | 2024 | 40 | 0,96 | 3,06 | 4,62 | 49,80 |
| Борщ с капустой, картофелем, отварной курой и сметаной | 200/10/10 | 2024 | 80 | 7,28 | 6,87 | 10,50 | 131,40 |
| Запеканка из печени с рисом и соусом | 90/20 | 2024 | 316 | 8,80 | 6,00 | 7,50 | 158,60 |
| Макаронные изделия отварные | 150 | 2024 | 356 | 2,90 | 9,20 | 32,80 | 190,00 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 40 | 2021 | 575 | 2,72 | 0,52 | 15,92 | 79,20 |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами | 50 | 2021 | 576 | 3,75 | 1,45 | 25,80 | 130,50 |
| Компот из свежих яблок | 200 | 2024 | 418 | 0,15 | 0,14 | 19,90 | 82,00 |
| **Итого за прием пищи:** | **830** | | | **26,56** | **27,24** | **117,04** | **821,50** |
| **Всего за день:** | | | | **41,96** | **43,54** | **200,54** | **1378,75** |

**Заведующий производством**_____

**Утверждаю**
Генеральный директор АО "Комбинат социального питания Парголово"
Камедин А.В.
"17" 08 2026 г.

**Согласовано**
Директор ГБОУ средней школы №
Е.И.

**Ежедневное меню завтрака и обеда учащихся 12-18 лет**

11.11 2026 г

**3 день**

| Наименование | Выход, г | Технологическая и нормативная документация /сборник рецептур/ | № рецептуры или технологической карты | Белки Всего г | Жиры Всего г | Углеводы Всего г | Энергетическая ценность, ккал |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **Завтрак** | | | | | | | |
| Чизкейк запечённый "По-школьному" со сгущенным молоком | 200/10 | 2024 | 243н | 11,16 | 16,80 | 62,76 | 446,25 |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами | 25 | 2021 | 576 | 1,90 | 0,70 | 12,90 | 65,25 |
| Чай с лимоном | 200 | 2024 | 454 | 0,20 | 0,00 | 7,20 | 30,00 |
| Груша свежая | 100 | 2021 | 82 | 0,40 | 0,30 | 10,30 | 47,00 |
| Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5% | 150 | 2021 | 470 | 4,40 | 2,50 | 6,00 | 75,00 |
| **Итого за прием пищи:** | **685** | | | **18,06** | **20,30** | **99,16** | **663,50** |
| **Обед** | | | | | | | |
| Салат из квашеной капусты | 100 | 2024 | 40 | 1,60 | 5,10 | 7,70 | 83,00 |
| Борщ с капустой, картофелем, отварной курой и сметаной | 250/10/10 | 2024 | 80 | 8,93 | 8,43 | 17,18 | 186,18 |
| Запеканка из печени с рисом и соусом | 100/20 | 2024 | 316 | 11,00 | 6,55 | 8,18 | 181,24 |
| Макаронные изделия отварные | 180 | 2024 | 356 | 3,48 | 11,04 | 36,80 | 208,00 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 50 | 2021 | 575 | 3,40 | 0,65 | 19,90 | 99,00 |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами | 60 | 2021 | 576 | 4,50 | 1,74 | 30,96 | 156,60 |
| Компот из свежих яблок | 200 | 2024 | 418 | 0,15 | 0,14 | 19,90 | 82,00 |
| **Итого за прием пищи:** | **980** | | | **33,06** | **33,65** | **140,62** | **996,02** |
| **Всего за день:** | | | | **51,12** | **53,95** | **239,78** | **1659,52** |

**Заведующий производством** М

**СОГЛАСОВАНО**

Директор ГБОУ средней школы №

**УТВЕРЖДАЮ**

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

Камелин А.В.

17.08. 2026 г.

# Ежедневное меню 12-18 лет комплексный обед

11.11. 2026 г.

| Наименование | Выход, г | Технологическая и нормативная документация (сборник рецептур) | № рецептуры или технологической карты | Белки Всего г | Жиры Всего г | Углеводы, Всего г | Энергетическая ценность, ккал. |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **3 день (среда)** | | | | | | | |
| **Комплексный обед** | | | | | | | |
| Салат из квашеной капусты | 100 | 2024 | 40 | 1,60 | 5,10 | 7,70 | 83,00 |
| Борщ с капустой, картофелем, отварной курой и сметаной | 250/10/10 | 2024 | 80 | 8,93 | 8,43 | 12,89 | 161,26 |
| Запеканка из печени с рисом и соусом | 100/20 | 2024 | 316 | 9,60 | 6,55 | 8,18 | 173,02 |
| Макаронные изделия отварные | 180 | 2024 | 356 | 3,48 | 11,04 | 39,36 | 228,00 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 50 | 2021 | 575 | 3,4 | 0,65 | 19,9 | 99 |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами | 60 | 2021 | 576 | 4,5 | 1,74 | 30,96 | 156,6 |
| Компот из свежих яблок | 200 | 2024 | 418 | 0,15 | 0,14 | 19,90 | 82,00 |
| Груша свежая | 100 | 2021 | 82 | 0,40 | 0,30 | 10,30 | 47,00 |
| Булочка молочная | 100 | 2024 | 508 | 9,33 | 7,8 | 32,60 | 264,60 |
| **Итого за прием пищи:** | **1180** | | | **41,39** | **41,75** | **181,79** | **1294,48** |
| **Всего за день:** | | | | **41,39** | **41,75** | **181,79** | **1294,48** |

Зав. производством

**Утверждаю**

Генеральный директор АО "Комбинат социального питания Парголово"

Камедин А.В. _____

17.08.2026

**Согласовано**

Директор ГБОУ средней школы № _____

***Абонементное меню завтрака и обеда учащихся 7-11 лет ( завтрак - 123,00 руб . обед - 185,00 руб. )***

**14 ноября 2026 г**

| Наименование | Выход, г | Технологическая и нормативная документация (сборник рецептур) | № рецептуры или технологической карты | Белки Всего г | Жиры Всего г | Углеводы, Всего г | Энергетическая ценность, ккал. |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **3 день (среда)** | | | | | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | |
| Чизкейк запечённый "По-школьному" со сгущенным молоком | 150/10 | 2024 | 243н | 8,50 | 12,80 | 47,10 | 340,00 |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами | 25 | 2021 | 576 | 1,90 | 0,70 | 12,90 | 65,25 |
| Чай с лимоном | 200 | 2024 | 454 | 0,20 | 0,00 | 7,20 | 30,00 |
| Груша свежая | 100 | 2021 | 82 | 0,40 | 0,30 | 10,30 | 47,00 |
| Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5% | 150 | 2021 | 470 | 4,40 | 2,50 | 6,00 | 75,00 |
| **Итого за прием пищи:** | **635** | | | **15,40** | **16,30** | **83,50** | **557,25** |
| **Обед** | | | | | | | |
| Салат из квашеной капусты | 60 | 2024 | 40 | 0,96 | 3,06 | 4,62 | 49,80 |
| Борщ с капустой, картофелем, отварной курой и сметаной | 200/10/10 | 2024 | 80 | 7,28 | 6,87 | 10,50 | 131,40 |
| Запеканка из печени с рисом и соусом | 90/20 | 2024 | 316 | 8,80 | 6,00 | 7,50 | 158,60 |
| Макаронные изделия отварные | 150 | 2024 | 356 | 2,90 | 9,20 | 32,80 | 190,00 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 40 | 2021 | 575 | 2,72 | 0,52 | 15,92 | 79,20 |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами | 50 | 2021 | 576 | 3,75 | 1,45 | 25,80 | 130,50 |
| Компот из свежих яблок | 200 | 2024 | 418 | 0,15 | 0,14 | 19,90 | 82,00 |
| **Итого за прием пищи:** | **830** | | | **26,56** | **27,24** | **117,04** | **821,50** |
| **Всего за день:** | | | | **41,96** | **43,54** | **200,54** | **1378,75** |

**Заведующий производством**_____

**СОГЛАСОВАНО**

Директор ГБОУ средней школы №

**УТВЕРЖДАЮ**

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

Камелин А.В.

17.08. 2026 г.

# Абонементное меню 12-18 лет комплексный обед ( 362,00 руб .)

11.11.26

| Наименование | Выход, г | Технологическая и нормативная документация (сборник рецептур) | № рецептуры или технологической карты | Белки Всего г | Жиры Всего г | Углеводы, Всего г | Энергетическая ценность, ккал. |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **3 день (среда)** | | | | | | | |
| **Комплексный обед** | | | | | | | |
| Салат из квашеной капусты | 100 | 2024 | 40 | 1,60 | 5,10 | 7,70 | 83,00 |
| Борщ с капустой, картофелем, отварной курой и сметаной | 250/10/10 | 2024 | 80 | 8,93 | 8,43 | 12,89 | 161,26 |
| Запеканка из печени с рисом и соусом | 100/20 | 2024 | 316 | 9,60 | 6,55 | 8,18 | 173,02 |
| Макаронные изделия отварные | 180 | 2024 | 356 | 3,48 | 11,04 | 39,36 | 228,00 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 50 | 2021 | 575 | 3,4 | 0,65 | 19,9 | 99 |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами | 60 | 2021 | 576 | 4,5 | 1,74 | 30,96 | 156,6 |
| Компот из свежих яблок | 200 | 2024 | 418 | 0,15 | 0,14 | 19,90 | 82,00 |
| Груша свежая | 100 | 2021 | 82 | 0,40 | 0,30 | 10,30 | 47,00 |
| Булочка молочная | 100 | 2024 | 508 | 9,33 | 7,8 | 32,60 | 264,60 |
| **Итого за прием пищи:** | **1180** | | | **41,39** | **41,75** | **181,79** | **1294,48** |
| **Всего за день:** | | | | **41,39** | **41,75** | **181,79** | **1294,48** |

Зав. производством