

Утверждаю

Генеральный директор АО "Комбинат социального питания Парголово"

Камедин А.В.

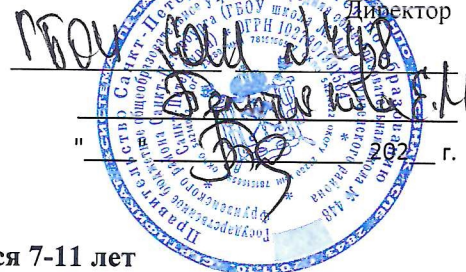
" 2 " 09

2026 г.



Согласовано

Директор



Ежедневное меню завтрака и обеда учащихся 7-11 лет

25.09

2026 г.

10 день

| Наименование                                      | Выход,     | Технологическая и нормативная документация /сборник рецептур/ | № рецептуры или технологической карты | Белки        | Жиры         | Углеводы      | Энергетическая ценность, ккал |
|---------------------------------------------------|------------|---------------------------------------------------------------|---------------------------------------|--------------|--------------|---------------|-------------------------------|
|                                                   | г          |                                                               |                                       | Всего        | Всего        | Всего         |                               |
|                                                   |            |                                                               |                                       | г            | г            | г             |                               |
| <b>Завтрак</b>                                    |            |                                                               |                                       |              |              |               |                               |
| Омлет натуральный                                 | 160        | 2024                                                          | 228                                   | 8,52         | 8,86         | 23,76         | 222,04                        |
| Бутерброд с джемом                                | 45         | 2024                                                          | 1                                     | 2,50         | 7,70         | 41,40         | 261,00                        |
| Какао с молоком                                   | 200        | 2024                                                          | 459                                   | 3,40         | 2,70         | 12,10         | 84,00                         |
| Апельсин свежий                                   | 100        | 2008                                                          | 9.6                                   | 0,90         | 0,20         | 8,10          | 43,00                         |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                       | <b>505</b> |                                                               |                                       | <b>15,32</b> | <b>19,46</b> | <b>85,36</b>  | <b>610,04</b>                 |
| <b>Обед</b>                                       |            |                                                               |                                       |              |              |               |                               |
| Салат из квашеной капусты                         | 60         | 2024                                                          | 40                                    | 0,96         | 3,06         | 4,62          | 49,80                         |
| Суп картофельный с горохом и гречками             | 200/10     | 2024                                                          | 104                                   | 5,27         | 3,74         | 15,10         | 114,02                        |
| Жаркое "По-домашнему" со свининой                 | 240        | 2008                                                          | 258                                   | 14,10        | 16,28        | 41,00         | 398,40                        |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами | 40         | 2021                                                          | 575                                   | 2,72         | 0,52         | 15,92         | 79,20                         |
| Батон нарезной обогащенный микронутриентами       | 50         | 2021                                                          | 576                                   | 3,75         | 1,45         | 25,80         | 130,50                        |
| Компот из сухофруктов                             | 200        | 2024                                                          | 425                                   | 0,44         | 0,08         | 18,30         | 76,00                         |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                       | <b>800</b> |                                                               |                                       | <b>27,24</b> | <b>25,13</b> | <b>120,74</b> | <b>847,92</b>                 |
| <b>Всего за день:</b>                             |            |                                                               |                                       | <b>42,56</b> | <b>44,59</b> | <b>206,10</b> | <b>1457,96</b>                |

Заведующий производством

*(Signature)*

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

"17" 08 2026 г.

Согласовано  
Директор  
"17" 08 2026 г.

Ежедневное меню завтрака и обеда учащихся 12-18 лет

25.09. 2026 г

11 день

| Наименование                                      | Выход, | Технологическая и нормативная документация /сборник рецептов/рецептур/ | № рецептуры или технологической карты | Белки | Жиры  | Углеводы | Энергетическая ценность, ккал |
|---------------------------------------------------|--------|------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|-------|-------|----------|-------------------------------|
|                                                   | г      |                                                                        |                                       | Всего | Всего | Всего    |                               |
|                                                   |        |                                                                        |                                       | г     | г     | г        |                               |
| Завтрак                                           |        |                                                                        |                                       |       |       |          |                               |
| Омлет натуральный                                 | 200    | 2024                                                                   | 228                                   | 10,65 | 9,38  | 29,70    | 257,55                        |
| Бутерброд с джемом                                | 45     | 2024                                                                   | 1                                     | 2,50  | 7,70  | 41,40    | 261,00                        |
| Какао с молоком                                   | 200    | 2024                                                                   | 459                                   | 3,40  | 2,70  | 12,10    | 84,00                         |
| Апельсин свежий                                   | 100    | 2008                                                                   | 9.6                                   | 0,90  | 0,20  | 8,10     | 43,00                         |
| Печенье в ассортименте                            | 20     | 2021                                                                   | 582                                   | 2,66  | 3,49  | 5,86     | 64,83                         |
| Итого за прием пищи:                              | 565    |                                                                        |                                       | 20,11 | 23,47 | 97,16    | 710,38                        |
| Обед                                              |        |                                                                        |                                       |       |       |          |                               |
| Салат из квашеной капусты                         | 100    | 2024                                                                   | 40                                    | 1,60  | 5,10  | 7,70     | 83,00                         |
| Суп картофельный с горохом и гречками             | 250/10 | 2024                                                                   | 104                                   | 6,52  | 4,63  | 18,70    | 141,17                        |
| Жаркое "По-домашнему" со свининой                 | 280    | 2008                                                                   | 258                                   | 16,45 | 18,99 | 44,83    | 424,80                        |
| 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 сухофруктов                             | 200    | 2024                                                                   | 425                                   | 0,44  | 0,08  | 18,30    | 76,00                         |
| Итого за прием пищи:                              | 950    |                                                                        |                                       | 32,91 | 31,19 | 140,39   | 980,57                        |
| Всего за день:                                    |        |                                                                        |                                       | 53,02 | 54,66 | 237,54   | 1690,95                       |

Заведующий производством