**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*

17.11.26

| 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. |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **7 день (вторник)** | | | | | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | |
| Каша "Янтарная" с яблоками | 160 | 2024 | 199 | 9,80 | 10,50 | 35,80 | 255,50 |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами | 25 | 2021 | 576 | 1,90 | 0,70 | 12,90 | 65,25 |
| Яйцо отварное | 40 | 2024 | 227 | 5,70 | 4,80 | 0,30 | 68,00 |
| Чай с сахаром | 200 | 2024 | 453 | 0,10 | 0,20 | 10,00 | 40,00 |
| Яблоко свежее | 100 | 2008 | 9.1 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 44,40 |
| **Итого за прием пищи:** | **525** | | | **17,90** | **16,60** | **68,80** | **473,15** |
| **Обед** | | | | | | | |
| Огурец солёный порционно | 60 | 2024 | 385 | 0,48 | 0,06 | 1,20 | 6,60 |
| Щи по-уральски с крупой, курицей и сметаной | 200/10/10 | 2024 | 91 | 3,07 | 4,97 | 14,70 | 82,60 |
| Тефтели мясные в соусе сметанном с томатом | 90/30 | 2024 | 299 | 10,70 | 11,60 | 9,50 | 184,60 |
| Пюре картофельное | 150 | 2024 | 360 | 2,10 | 5,60 | 30,00 | 154,00 |
| 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 сухофруктов | 200 | 2024 | 425 | 0,44 | 0,08 | 18,30 | 76,00 |
| **Итого за прием пищи:** | **840** | | | **23,26** | **24,28** | **115,42** | **713,50** |
| **Всего за день:** | | | | **41,16** | **40,88** | **184,22** | **1186,65** |

**Заведующий производством** _____

**Утверждаю**

Генеральный директор АО "Комбинат социального питания Парголово"

Камедин А.В. _____

"17" 08 2026 г.

**Согласовано**

Директор

ГБОУ средней школы

_____

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

17. 11. 2026 г

**8 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** | | | | | | | |
| Каша "Янтарная" с яблоками | 200 | 2024 | 199 | 12,25 | 12,88 | 40,00 | 319,38 |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами | 25 | 2021 | 576 | 1,90 | 0,70 | 12,90 | 65,25 |
| Яйцо отварное | 40 | 2024 | 227 | 5,70 | 4,80 | 0,30 | 68,00 |
| Чай с сахаром | 200 | 2024 | 453 | 0,10 | 0,20 | 10,00 | 40,00 |
| Яблоко свежее | 100 | 2008 | 9.1 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 44,40 |
| **Итого за прием пищи:** | **565** | | | **20,35** | **18,98** | **73,00** | **537,03** |
| **Обед** | | | | | | | |
| Огурец солёный порционно | 100 | 2024 | 385 | 0,80 | 0,10 | 2,00 | 11,00 |
| Щи по-уральски с крупой, курицей и сметаной | 250/10/10 | 2024 | 91 | 3,77 | 6,10 | 18,04 | 101,37 |
| Тефтели мясные в соусе сметанном с томатом | 100/20 | 2024 | 299 | 11,59 | 11,70 | 10,29 | 186,33 |
| Пюре картофельное | 180 | 2024 | 360 | 2,52 | 6,72 | 36,00 | 184,80 |
| 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:** | **980** | | | **27,02** | **27,09** | **135,49** | **815,11** |
| **Всего за день:** | | | | **47,37** | **46,07** | **208,49** | **1352,13** |

**Заведующий производством** _____

**СОГЛАСОВАНО**

Директор ГБОУ "средней школы №

**УТВЕРЖДАЮ**

Генеральный директор АО "КСП "Первомайское"

Камелин А.В.

17.08. 2026 г.

# Ежедневное меню 12-18 лет комплексный обед

17.11. 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. |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **8 день (вторник)** | | | | | | | |
| **Комплексный обед** | | | | | | | |
| Огурец солёный порционно | 100 | 2024 | 385 | 0.8 | 0.1 | 2 | 11 |
| Щи по-уральски с крупой, курицей и сметаной | 250/10/10 | 2024 | 91 | 3.77 | 6.10 | 18.04 | 131.37 |
| Тефтели мясные в соусе сметанном с томатом | 120/30 | 2024 | 299 | 13.38 | 14.50 | 11.38 | 230.75 |
| Пюре картофельное | 180 | 2024 | 360 | 2.52 | 6.72 | 36.00 | 184.80 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 50 | 2021 | 573 | 3,4 | 0,65 | 19,9 | 99 |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами | 60 | 2021 | 576 | 4,5 | 1,74 | 30,36 | 158,6 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 2024 | 425 | 0,44 | 0,08 | 18,22 | 76 |
| Яблоко свежее | 100 | 2006 | 2.1 | 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 | 23.40 | 211.60 |
| **Итого за прием пищи:** | **1185** | | | 38,44 | 41,59 | 186,08 | 1177,52 |
| **Всего за день:** | | | | **38,44** | **41,59** | **186,08** | **1177,52** |

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. )*

**с 01 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. |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **7 день (вторник)** | | | | | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | |
| Каша "Янтарная" с яблоками | 160 | 2024 | 199 | 9,80 | 10,50 | 35,80 | 255,50 |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами | 25 | 2021 | 576 | 1,90 | 0,70 | 12,90 | 65,25 |
| Яйцо отварное | 40 | 2024 | 227 | 5,70 | 4,80 | 0,30 | 68,00 |
| Чай с сахаром | 200 | 2024 | 453 | 0,10 | 0,20 | 10,00 | 40,00 |
| Яблоко свежее | 100 | 2008 | 9.1 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 44,40 |
| **Итого за прием пищи:** | **525** | | | **17,90** | **16,60** | **68,80** | **473,15** |
| **Обед** | | | | | | | |
| Огурец солёный порционно | 60 | 2024 | 385 | 0,48 | 0,06 | 1,20 | 6,60 |
| Щи по-уральски с крупой, курицей и сметаной | 200/10/10 | 2024 | 91 | 3,07 | 4,97 | 14,70 | 82,60 |
| Тефтели мясные в соусе сметанном с томатом | 90/30 | 2024 | 299 | 10,70 | 11,60 | 9,50 | 184,60 |
| Пюре картофельное | 150 | 2024 | 360 | 2,10 | 5,60 | 30,00 | 154,00 |
| 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 сухофруктов | 200 | 2024 | 425 | 0,44 | 0,08 | 18,30 | 76,00 |
| **Итого за прием пищи:** | **840** | | | **23,26** | **24,28** | **115,42** | **713,50** |
| **Всего за день:** | | | | **41,16** | **40,88** | **184,22** | **1186,65** |

**Заведующий производством** _____

**СОГЛАСОВАНО**

Директор ГБОУ средней школы № 448

_____

**УТВЕРЖДАЮ**

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

_____Камелин А.В.

17.08. 2026 г.

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

17.11.26

| 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. |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **8 день (вторник)** | | | | | | | |
| **Комплексный обед** | | | | | | | |
| Огурец солёный порционно | 100 | 2024 | 385 | 0,8 | 0,1 | 2 | 11 |
| Щи по-уральски с крупой, курицей и сметаной | 250/10/10 | 2024 | 91 | 3,77 | 6,10 | 18,04 | 101,37 |
| Тефтели мясные в соусе сметанном с томатом | 120/30 | 2024 | 299 | 13,38 | 14,50 | 11,88 | 230,75 |
| Пюре картофельное | 180 | 2024 | 360 | 2,52 | 6,72 | 36,00 | 184,80 |
| 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 сухофруктов | 200 | 2024 | 425 | 0,44 | 0,08 | 18,30 | 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 | 29,40 | 211,60 |
| **Итого за прием пищи:** | **1185** | | | **38,44** | **41,59** | **186,08** | **1177,52** |
| **Всего за день:** | | | | **38,44** | **41,59** | **186,08** | **1177,52** |

Зав. производством _____