

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

"17" декабря 2025г

Согласовано
Директор ГБОУ №99 "СТАРТ"

Резниченко Е.А.

"17" декабря 2025г

Ежедневное меню учащихся 7-11 лет
10 декабря 2026 г

Наименование	Выход,	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептов/	№ рецептуры или технологической карты	Белки	Жиры	Углеводы,	Энергетическая ценность, ккал.
	г			Всего	Всего	Всего	
				г	г	г	
2 день							
Завтрак							
Чизкейк, запечённый по-школьному с повидлом	150/25	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:	500			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

Ежедневное меню комплексного обеда учащихся 12-18 лет

Наименование	Выход,	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептов/	№ рецептуры или технологической карты	Белки	Жиры	Углеводы,	Энергетическая ценность, ккал.
	г						
				Всего	Всего	Всего	
2 день							
Салат из свежей капусты с огурцом	100	ТТК	1,6	1,02	5,3	4,36	88,5
Борщ с капустой и картофелем,отварной говядиной и сметаной	250.10.1	2008	76	5,32	7,1	14,4	159,7
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:	1180			35,76	38,33	157,08	1153,10
Всего за день:				35,76	38,33	157,08	1153,10

Заведующий производством