

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
18 декабря 2026 г

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	
8 день							
Завтрак							
Каша рисовая молочная вязкая с курагой и изюмом	160	ТТК	351	9,75	8,30	34,90	278,40
Яйцо отварное	40	ТТК	213	5,08	4,60	0,28	63,00
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	25	ТТК	15,3	2,00	1,16	12,99	68,00
Какао с молоком	200	2008	433	2,90	2,50	24,80	134,00
Груша свежая	100	2011	338	0,40	0,30	10,30	47,00
Итого за прием пищи:	525			20,13	16,86	83,27	590,40
Обед							
Салат из свёклы отварной с подсолнечным маслом	60	2011	52	1,70	3,84	2,60	54,40
Суп из овощей с курицей отварной и сметаной	200/5/5	2012	64	2,55	4,11	9,04	80,80
Печень по-строгановски	100	ТТК	9,4	8,91	10,11	5,30	161,92
Картофель отварной	150	2008	333	2,90	4,70	23,50	148,00
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 свежих яблок	200	ТТК	13,1	0,20	0,20	20,10	87,80
Итого за прием пищи:	810			23,46	26,98	106,92	760,92
Всего за день:				43,59	43,84	190,19	1351,32

Ежедневное меню комплексного обеда учащихся 12-18 лет

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	
9 день							
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 мик	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