

Утверждаю

Генеральный директор АО "Комбинат социального питания Парголово"

Камедин А.В.

" " 2026 г.

Согласовано

Директор

Рыжикова С.Н.

" " 2026 г.

2026 г.

Ежедневное меню завтрака и обеда учащихся 7-11 лет

21 сентября 2026 г.

6 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        |                               |
|                                                   |        |                                                               |                                       |       |       |          |                               |
| Завтрак                                           |        |                                                               |                                       |       |       |          |                               |
| Каша рисовая молочная вязкая с курагой и изюмом   | 160    | 2024                                                          | 196                                   | 2,50  | 6,80  | 48,80    | 213,00                        |
| Бутерброд с сыром                                 | 40     | 2024                                                          | 2                                     | 9,30  | 6,10  | 11,20    | 189,00                        |
| Какао с молоком                                   | 200    | 2024                                                          | 459                                   | 3,40  | 2,70  | 12,10    | 84,00                         |
| Груша свежая                                      | 100    | 2021                                                          | 82                                    | 0,40  | 0,30  | 10,30    | 47,00                         |
| Итого за прием пищи:                              | 500    |                                                               |                                       | 15,60 | 15,90 | 82,40    | 533,00                        |
| Обед                                              |        |                                                               |                                       |       |       |          |                               |
| Салат "Степной" из разных овощей                  | 60     | 2024                                                          | 29                                    | 2,95  | 7,00  | 3,60     | 100,00                        |
| Бульон куриный с вермишелью и яйцом               | 200/10 | 2024                                                          | 110                                   | 10,80 | 4,10  | 24,10    | 229,20                        |
| Гуляш                                             | 90     | 2024                                                          | 279                                   | 2,80  | 5,70  | 9,70     | 79,30                         |
| 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                        |
| Сок фруктовый                                     | 200    | 2024                                                          | 469                                   | 1,00  | 0,20  | 9,80     | 45,00                         |
| Итого за прием пищи:                              | 800    |                                                               |                                       | 26,92 | 28,17 | 121,72   | 853,20                        |
| Всего за день:                                    |        |                                                               |                                       | 42,52 | 44,07 | 204,12   | 1386,20                       |

Заведующий производством

Утверждаю  
Генеральный директор АО "Комбинат социального  
питания Парголово"  
Камедин А.В.  
"14" \_\_\_\_\_ 2026 г.  
Санкт-Петербург

Согласовано

Директор

Рыжикова  
" " \_\_\_\_\_ 2026 г.

Ежедневное меню завтрака и обеда учащихся 12-18 лет

21 сентября 2026 г.

7 день

| 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        |                               |
| Завтрак                                           |        |                                                               |                                       |       |       |          |                               |
| Каша рисовая молочная вязкая с курагой и изюмом   | 200    | 2024                                                          | 196                                   | 5,13  | 9,50  | 61,00    | 266,25                        |
| Бутерброд с сыром                                 | 40     | 2024                                                          | 2                                     | 9,30  | 6,10  | 11,20    | 189,00                        |
| Какао с молоком                                   | 200    | 2024                                                          | 459                                   | 3,40  | 2,70  | 12,10    | 84,00                         |
| Груша свежая                                      | 100    | 2021                                                          | 82                                    | 0,40  | 0,30  | 10,30    | 47,00                         |
| Печенье в ассортименте                            | 20     | 2021                                                          | 582                                   | 2,66  | 3,49  | 5,86     | 64,83                         |
| Итого за прием пищи:                              | 560    |                                                               |                                       | 20,89 | 22,09 | 100,46   | 651,08                        |
| Обед                                              |        |                                                               |                                       |       |       |          |                               |
| Салат "Степной" из разных овощей                  | 100    | 2024                                                          | 29                                    | 4,92  | 8,60  | 4,80     | 136,67                        |
| Бульон куриный с вермишелью и яйцом               | 250/10 | 2024                                                          | 110                                   | 12,37 | 5,08  | 26,84    | 263,77                        |
| Гуляш                                             | 100    | 2024                                                          | 279                                   | 3,11  | 6,20  | 10,30    | 88,11                         |
| 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                        |
| Сок фруктовый                                     | 200    | 2024                                                          | 469                                   | 1,00  | 0,20  | 9,80     | 45,00                         |
| Итого за прием пищи:                              | 950    |                                                               |                                       | 32,78 | 33,51 | 139,40   | 997,15                        |
| Всего за день:                                    |        |                                                               |                                       | 53,66 | 55,59 | 239,86   | 1648,23                       |

Заведующий производством: \_\_\_\_\_

Утверждаю  
Генеральный директор АО "Комбинат социального  
питания Парголово"  
Камедин А.В.  
"14" 08 2024 г.

Согласовано  
Директор  
Рыжкова С.Н.  
" " 2024 г.

п л а т н и е  
Ежедневное меню завтрака и обеда учащихся 7-11 лет

21 сентября 2024 г.

6 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        |                               |
| Завтрак (стоимость 123,00 р)                      |        |                                                               |                                       |       |       |          |                               |
| Каша рисовая молочная вязкая с курагой и изюмом   | 160    | 2024                                                          | 196                                   | 2,50  | 6,80  | 48,80    | 213,00                        |
| Бутерброд с сыром                                 | 40     | 2024                                                          | 2                                     | 9,30  | 6,10  | 11,20    | 189,00                        |
| Какао с молоком                                   | 200    | 2024                                                          | 459                                   | 3,40  | 2,70  | 12,10    | 84,00                         |
| Груша свежая                                      | 100    | 2021                                                          | 82                                    | 0,40  | 0,30  | 10,30    | 47,00                         |
| Итого за прием пищи:                              | 500    |                                                               |                                       | 15,60 | 15,90 | 82,40    | 533,00                        |
| Обед (стоимость 185,00 р)                         |        |                                                               |                                       |       |       |          |                               |
| Салат "Степной" из разных овощей                  | 60     | 2024                                                          | 29                                    | 2,95  | 7,00  | 3,60     | 100,00                        |
| Бульон куриный с вермишелью и яйцом               | 200/10 | 2024                                                          | 110                                   | 10,80 | 4,10  | 24,10    | 229,20                        |
| Гуляш                                             | 90     | 2024                                                          | 279                                   | 2,80  | 5,70  | 9,70     | 79,30                         |
| 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                        |
| Сок фруктовый                                     | 200    | 2024                                                          | 469                                   | 1,00  | 0,20  | 9,80     | 45,00                         |
| Итого за прием пищи:                              | 800    |                                                               |                                       | 26,92 | 28,17 | 121,72   | 853,20                        |
| Всего за день:                                    |        |                                                               |                                       | 42,52 | 44,07 | 204,12   | 1386,20                       |

Заведующий производством