

Утверждаю

Согласовано

Генеральный директор АО "Комбинат социального питания Парголово"

Директор

Камедин А.В.

" " 202

г.

" " 202

г.

Ежедневное меню завтрака и обеда учащихся 7-11 лет

25 сентября

2026 г

10 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        |                               |
|                                                   |        |                                                               |                                       | г     | г     | г        |                               |
| Завтрак                                           |        |                                                               |                                       |       |       |          |                               |
| 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                         |
| Итого за прием пищи:                              | 505    |                                                               |                                       | 15,32 | 19,46 | 85,36    | 610,04                        |
| Обед                                              |        |                                                               |                                       |       |       |          |                               |
| 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 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:                              | 800    |                                                               |                                       | 27,24 | 25,13 | 120,74   | 847,92                        |
| Всего за день:                                    |        |                                                               |                                       | 42,56 | 44,59 | 206,10   | 1457,96                       |

Заведующий производством

Утверждаю

Согласовано

Генеральный директор АО "Комбинат социального  
питания Парголово"

Камедин А.В.

" 14 "

2026 г.

Ракитина С.А. 

" " " 2026 г.

Ежедневное меню завтрака и обеда учащихся 12-18 лет

25 сентября 2026 г.

11 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                                           |        |                                                               |                                       |       |       |          |                               |
| 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                       |

Утверждаю  
Генеральный директор АО "Комбинат социального  
питания Парголово"  
Камедин А.В.  
"14" 08 2026 г.

Согласовано  
Директор  
Рыкина С.А.  
" " 202 г.

попавше  
Ежедневное меню завтрака и обеда учащихся 7-11 лет  
25 сентября 2026 г  
10 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 (стоимость 123,00 р)                      |        |                                                               |                                       |       |       |          |                               |
| 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                         |
| Итого за прием пищи:                              | 505    |                                                               |                                       | 15,32 | 19,46 | 85,36    | 610,04                        |
| Обед (стоимость 185,00 р)                         |        |                                                               |                                       |       |       |          |                               |
| 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                         |
| Итого за прием пищи:                              | 800    |                                                               |                                       | 27,24 | 25,13 | 120,74   | 847,92                        |
| Всего за день:                                    |        |                                                               |                                       | 42,56 | 44,59 | 206,10   | 1457,96                       |

Заведующий производством