

СОГЛАСОВАНО

Директор



УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"



Камедян А.В.

17.08.2026 г.

Ежедневное меню 12-18 лет (комплексный обед)

1.09.2026

| 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 (вторник)                                  |        |                                                               |                                       |       |       |           |                                |
| Комплексный обед                                  |        |                                                               |                                       |       |       |           |                                |
| Салат "Витаминный" (1 вариант)                    | 150    | 2024                                                          | 41                                    | 1,25  | 9,60  | 8,00      | 118,50                         |
| Суп картофельный с горохом и гречками             | 290/10 | 2024                                                          | 104                                   | 6,60  | 7,50  | 20,80     | 177,00                         |
| Шницель рубленный мясной                          | 120    | 2024                                                          | 286                                   | 8,64  | 12,24 | 27,00     | 240,40                         |
| Каша гречневая рассыпчатая                        | 230    | 2024                                                          | 347                                   | 7,80  | 5,24  | 36,00     | 266,20                         |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 50     | 2021                                                          | 575                                   | 3,40  | 0,65  | 19,90     | 99,00                          |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами       | 60     | 2021                                                          | 576                                   | 4,5   | 1,74  | 30,96     | 156,60                         |
| Напиток из протёртой брусники                     | 200    | 2024                                                          | 463                                   | 0,13  | 0,06  | 7,20      | 30,00                          |
| Яблоко свежее                                     | 100    | 2008                                                          | 9,1                                   | 0,40  | 0,40  | 9,80      | 44,40                          |
| Печенье                                           | 50     | 2021                                                          | 582                                   | 6,00  | 5,00  | 16,50     | 100,80                         |
| Булочка "Дорожная"                                | 75     | 2024                                                          | 501                                   | 7,50  | 10,90 | 47,80     | 319,30                         |
| Итого за прием пищи:                              | 1335   |                                                               |                                       | 46,22 | 53,33 | 223,96    | 1552,20                        |
| Всего за день:                                    |        |                                                               |                                       | 46,22 | 53,33 | 223,96    | 1552,20                        |

Зав.производством

*(Signature)*



Ежедневное меню 12-18 лет (комплексный обед)

2.09.2026

| 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         |                                |
| 3 день (среда)                                         |           |                                                               |                                       |       |       |           |                                |
| Комплексный обед                                       |           |                                                               |                                       |       |       |           |                                |
| Салат из квашеной капусты                              | 150       | 2024                                                          | 40                                    | 2.40  | 7.65  | 11.55     | 125.00                         |
| Борщ с капустой, картофелем, отварной курой и сметаной | 280/10/10 | 2024                                                          | 80                                    | 9,92  | 8,22  | 18,70     | 200,00                         |
| Запеканка из печени с рисом и соусом                   | 100/20    | 2024                                                          | 316                                   | 9,20  | 6,60  | 8,18      | 128,10                         |
| Макаронные изделия отварные                            | 230       | 2024                                                          | 356                                   | 5.80  | 14,11 | 34,00     | 277.80                         |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами      | 50        | 2021                                                          | 575                                   | 3,40  | 0,65  | 19,90     | 99.00                          |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами            | 60        | 2021                                                          | 576                                   | 4,5   | 1.74  | 30,96     | 156.60                         |
| Компот из свежих яблок                                 | 200       | 2024                                                          | 418                                   | 0.15  | 0.14  | 8.80      | 82.00                          |
| Груша свежая                                           | 100       | 2021                                                          | 82                                    | 0.40  | 0.30  | 10.30     | 47.00                          |
| Булочка молочная                                       | 100       | 2024                                                          | 508                                   | 9,33  | 6,87  | 52,61     | 309.60                         |
| Итого за прием пищи:                                   | 1310      |                                                               |                                       | 45,10 | 46,28 | 195,00    | 1425,10                        |
| Всего за день:                                         |           |                                                               |                                       | 45,10 | 46,28 | 195,00    | 1425,10                        |

Зав.производством



СОГЛАСОВАНО

Директор

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО «КСП "Парголово"»



Камедин А.В.

17.08.2026 г.

Ежедневное меню 12-18 лет (комплексный обед)

3.09.2026

| 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         |                                |
| 4 день (четверг)                                  |        |                                                               |                                       |       |       |           |                                |
| Комплексный обед                                  |        |                                                               |                                       |       |       |           |                                |
| Салат "Мозайка"                                   | 150    | 2022                                                          | 28                                    | 2,37  | 7,50  | 1,50      | 195,00                         |
| Суп с вермишелью, картофелем и курой отварной     | 290/10 | 2024                                                          | 105                                   | 5,70  | 5,80  | 17,30     | 157,20                         |
| Тефтели рыбные в соусе сметанном с томатом        | 100/20 | 2024                                                          | 262                                   | 8,20  | 9,70  | 16,20     | 139,40                         |
| Пюре картофельное                                 | 230    | 2024                                                          | 360                                   | 6,40  | 6,80  | 37,44     | 195,50                         |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами | 50     | 2021                                                          | 575                                   | 3,40  | 0,65  | 19,90     | 99,00                          |
| Батон нарезной обогащенный микронутриентами       | 60     | 2021                                                          | 576                                   | 4,5   | 1,74  | 30,96     | 156,60                         |
| Компот из сухофруктов                             | 200    | 2024                                                          | 425                                   | 0,44  | 0,08  | 8,30      | 76,00                          |
| Яблоко свежее                                     | 100    | 2008                                                          | 9,1                                   | 0,40  | 0,40  | 9,80      | 44,40                          |
| Печенье                                           | 50     | 2021                                                          | 582                                   | 6,00  | 5,00  | 16,50     | 100,80                         |
| Сдоба обыкновенная                                | 75     | 2024                                                          | 496                                   | 7,80  | 8,50  | 48,50     | 274,70                         |
| Итого за прием пищи:                              | 1335   |                                                               |                                       | 45,21 | 46,17 | 206,40    | 1438,60                        |
| Всего за день:                                    |        |                                                               |                                       | 45,21 | 46,17 | 206,40    | 1438,60                        |

Зав.производством

СОГЛАСОВАНО

Директор



УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"



Ежедневное меню 12-18 лет (комплексный обед)

4.09.2026

| 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         |                                |
| 5 день (пятница)                                                 |           |                                                               |                                       |       |       |           |                                |
| Комплексный обед                                                 |           |                                                               |                                       |       |       |           |                                |
| Салат из свеклы отварной                                         | 150       | 2022                                                          | 38                                    | 2.10  | 9.00  | 12.50     | 138.00                         |
| Рассольник "Ленинградский" с перловой крупой, курицей и сметаной | 280/10/10 | 2024                                                          | 96                                    | 7,50  | 10,11 | 24,82     | 222,60                         |
| Паштет с курицей                                                 | 330       | ТТК (осн. ТК №330,2024)                                       | 330/1                                 | 18,33 | 15,80 | 43,00     | 396,70                         |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами                | 50        | 2021                                                          | 575                                   | 3,40  | 0,65  | 19,90     | 99,00                          |
| Батон нарезной обогащённый микронутрисентами                     | 60        | 2021                                                          | 576                                   | 4,5   | 1,74  | 30.96     | 156,60                         |
| Напиток из протёртой брусники                                    | 200       | 2024                                                          | 463                                   | 0.13  | 0.06  | 7.20      | 30.00                          |
| Апельсин свежий                                                  | 100       | 2008                                                          | 9.6                                   | 0.90  | 0.20  | 8.10      | 43.00                          |
| Зефир витаминизированный                                         | 35        | 2021                                                          | 582/1                                 | 0,63  | 0,10  | 16.20     | 66.80                          |
| Булочка "Веснушка"                                               | 75        | 2024                                                          | 502                                   | 7.58  | 8.50  | 40.80     | 248.80                         |
| Итого за прием пищи:                                             | 1300      |                                                               |                                       | 45,07 | 46,16 | 203,48    | 1401,50                        |
| Всего за день:                                                   |           |                                                               |                                       | 45,07 | 46,16 | 203,48    | 1401,50                        |

Зав.производством

СОГЛАСОВАНО

Директор

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "КСИ "Парголово"

Камелин А.В.

07.08.2026 г.

Ежедневное меню 12-18 лет (комплексный обед)

7.09.2026

| 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         |                                |
| 7 день (понедельник)                              |        |                                                               |                                       |       |       |           |                                |
| Комплексный обед                                  |        |                                                               |                                       |       |       |           |                                |
| Салат "Степной" из разных овощей                  | 150    | 2024                                                          | 29                                    | 4.35  | 8.85  | 9.00      | 208.20                         |
| Бульон куриный с вермишелью и яйцом               | 290/10 | 2024                                                          | 110                                   | 8.80  | 7.80  | 22.00     | 204.00                         |
| Гуляш                                             | 120    | 2024                                                          | 279                                   | 7.92  | 6.24  | 12.94     | 106.00                         |
| Макаронные изделия отварные                       | 230    | 2024                                                          | 356                                   | 5.80  | 14.11 | 34.00     | 277.80                         |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 50     | 2021                                                          | 575                                   | 3,40  | 0,65  | 19,90     | 99,00                          |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами       | 60     | 2021                                                          | 576                                   | 4.5   | 1.74  | 30.96     | 156.60                         |
| Сок фруктовый                                     | 200    | 2024                                                          | 469                                   | 1.00  | 0.20  | 9.80      | 45.00                          |
| Мандарин свежий                                   | 100    | 2008                                                          | 9.8                                   | 0.80  | 0.10  | 7.50      | 38.00                          |
| Булочка с изюмом                                  | 75     | 2024                                                          | 502                                   | 8.60  | 6.40  | 45.50     | 274.00                         |
| Итого за прием пищи:                              | 1285   |                                                               |                                       | 45,17 | 46,09 | 191,60    | 1408,60                        |
| Всего за день:                                    |        |                                                               |                                       | 45,17 | 46,09 | 191,60    | 1408,60                        |

Зав.производством

Директор



Генеральный директор АО "КСП "Парголово"



Камедин А.В.

17.08.2026 г.

**Ежедневное меню 12-18 лет (комплексный обед)**

8.09.2026

| 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         |                                |
| 8 день (вторник)                                  |           |                                                               |                                       |       |       |           |                                |
| Комплексный обед                                  |           |                                                               |                                       |       |       |           |                                |
| Огурец солёный порционно                          | 100       | 2024                                                          | 385                                   | 0.48  | 6.2   | 11.50     | 52.10                          |
| Щи по-уральски с крупой, курицей и сметаной       | 280/10/10 | 2024                                                          | 91                                    | 8.30  | 7.60  | 24.00     | 177.60                         |
| Тефтели мясные в соусе сметанном с томатом        | 100/20    | 2024                                                          | 299                                   | 9.80  | 6.70  | 9.50      | 188.60                         |
| Пюре картофельное                                 | 230       | 2024                                                          | 360                                   | 6.40  | 6.80  | 37.44     | 195.50                         |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 50        | 2021                                                          | 575                                   | 3.40  | 0.65  | 19.90     | 99.00                          |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами       | 60        | 2021                                                          | 576                                   | 4.5   | 1.74  | 30.96     | 156.60                         |
| Компот из сухофруктов                             | 200       | 2024                                                          | 425                                   | 0.44  | 0.08  | 8.30      | 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  | 48.50     | 274.70                         |
| Итого за прием пищи:                              | 1255      |                                                               |                                       | 42,96 | 41,47 | 209,70    | 1631,88                        |
| Всего за день:                                    |           |                                                               |                                       | 42,96 | 41,47 | 209,70    | 1631,88                        |

Зав.производством

СОГЛАСОВАНО

Директор

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

Камедин А.В.

17.08.2026 г.

Ежедневное меню 12-18 лет (комплексный обед)

9.09.2026

| 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         |                                |
| 9 день (среда)                                    |           |                                                               |                                       |       |       |           |                                |
| Комплексный обед                                  |           |                                                               |                                       |       |       |           |                                |
| Винегрет овощной                                  | 150       | 2024                                                          | 52                                    | 3.50  | 8.51  | 4.00      | 129.00                         |
| Суп из овощей с курой и сметаной                  | 280/10/10 | 2024                                                          | 100                                   | 6.80  | 5.50  | 26.32     | 166.40                         |
| Голубцы ленивые со сметаной                       | 330       | 2024                                                          | 320                                   | 16,03 | 16.74 | 36.00     | 377.14                         |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 50        | 2021                                                          | 575                                   | 3,40  | 0,65  | 19,90     | 99,00                          |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами       | 60        | 2021                                                          | 576                                   | 4.5   | 1.74  | 30.96     | 156.60                         |
| Компот из свежих яблок                            | 200       | 2024                                                          | 418                                   | 0.15  | 0.14  | 8.80      | 82.00                          |
| Груша свежая                                      | 100       | 2021                                                          | 82                                    | 0.40  | 0.30  | 10.30     | 47,00                          |
| Печенье                                           | 50        | 2021                                                          | 582                                   | 6.00  | 5.00  | 16.50     | 100.80                         |
| Булочка "Дорожная"                                | 75        | 2024                                                          | 501                                   | 7.50  | 10.90 | 47.80     | 319.30                         |
| Итого за прием пищи:                              | 1315      |                                                               |                                       | 48,28 | 49,48 | 200,58    | 1477,24                        |
| Всего за день:                                    |           |                                                               |                                       | 48,28 | 49,48 | 200,58    | 1477,24                        |

Зав.производством

СОГЛАСОВАНО

Директор

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

Камедин А.В.

17.08.2026 г.

Ежедневное меню 12-18 лет (комплексный обед)

10.09.2026

| 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         |                                |
| 10 день (четверг)                                 |        |                                                               |                                       |       |       |           |                                |
| Комплексный обед                                  |        |                                                               |                                       |       |       |           |                                |
| Салат из белокочанной капусты с огурцами          | 150    | 2021                                                          | 5                                     | 1.50  | 11.25 | 14.13     | 163.80                         |
| Уха из рыбы со свежей зеленью                     | 290/10 | 2024                                                          | 112                                   | 11.60 | 8.20  | 29.00     | 233.13                         |
| Птица, тушеная в сметанном соусе                  | 120    | 2024                                                          | 331                                   | 8,28  | 10,56 | 10,40     | 210.70                         |
| Каша гречневая рассыпчатая                        | 230    | 2024                                                          | 347                                   | 7.80  | 5.24  | 36.00     | 266.20                         |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 50     | 2021                                                          | 575                                   | 3,40  | 0,65  | 19,90     | 99,00                          |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами       | 60     | 2021                                                          | 576                                   | 4.5   | 1.74  | 30.96     | 156.60                         |
| Напиток из протёртой брусники                     | 200    | 2024                                                          | 463                                   | 0.13  | 0.06  | 7.20      | 30.00                          |
| Яблоко свежее                                     | 100    | 2008                                                          | 9.1                                   | 0.40  | 0.40  | 9.80      | 44.40                          |
| Зефир витаминизированный                          | 35     | 2021                                                          | 582/1                                 | 0.63  | 0.10  | 16.20     | 66.80                          |
| Булочка "Веснушка"                                | 75     | 2024                                                          | 502                                   | 7,58  | 8.50  | 40.80     | 248.80                         |
| Итого за прием пищи:                              | 1320   |                                                               |                                       | 45,82 | 46,70 | 214,39    | 1519,43                        |
| Всего за день:                                    |        |                                                               |                                       | 45,82 | 46,70 | 214,39    | 1519,43                        |

Зав.производством

СОГЛАСОВАНО

Директор



УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "КОП "Парголово"

Камедин А.В.

17.08.2026 г.

Ежедневное меню 12-18 лет (комплексный обед)

14.09.2026

| 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        |                                |
| 1 день (понедельник)                              |        |                                                               |                                       |       |       |          |                                |
| Комплексный обед                                  |        |                                                               |                                       |       |       |          |                                |
| Огурец солёный порционно                          | 100    | 2024                                                          | 385                                   | 0,48  | 6,20  | 11,50    | 52,10                          |
| Суп рыбный с картофелем и рисовой крупой          | 290/10 | 2024                                                          | 103                                   | 8,00  | 7,96  | 15,12    | 216,90                         |
| Паста Болоньезе "По-школьному"                    | 330    | 2022                                                          | 404                                   | 16,80 | 16,85 | 59,30    | 471,80                         |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 50     | 2021                                                          | 575                                   | 3,4   | 0,65  | 19,90    | 99,00                          |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами       | 60     | 2021                                                          | 576                                   | 4,5   | 1,74  | 30,96    | 156,60                         |
| Сок фруктовый                                     | 200    | 2024                                                          | 469                                   | 1     | 0,2   | 9,80     | 45,00                          |
| Мандарин свежий                                   | 100    | 2008                                                          | 9,8                                   | 0,80  | 0,10  | 7,50     | 38,00                          |
| Вафли                                             | 20     | 2021                                                          | 580                                   | 1,44  | 2,8   | 9,80     | 62,00                          |
| Булочка "Домашняя"                                | 75     | 2024                                                          | 499                                   | 8,60  | 9,80  | 48,70    | 313,40                         |
| Итого за прием пищи:                              | 1235   |                                                               |                                       | 45,02 | 46,30 | 212,58   | 1454,80                        |
|                                                   |        |                                                               |                                       | 45,02 | 46,30 | 212,58   | 1454,80                        |

Зав.производством

Р

Директор



Генеральный директор АО "КСИ "Парголово"

Камедин А.В.

17.08.2026 г.



**Ежедневное меню 12-18 лет (комплексный обед)**

15.09.2026

15.09.2026

| 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         |                                |
| 2 день (вторник)                                  |        |                                                               |                                       |       |       |           |                                |
| Комплексный обед                                  |        |                                                               |                                       |       |       |           |                                |
| Салат "Витаминный" (1 вариант)                    | 150    | 2024                                                          | 41                                    | 1,25  | 9,60  | 8,00      | 118,50                         |
| Суп картофельный с горохом и гречками             | 290/10 | 2024                                                          | 104                                   | 6,60  | 7,50  | 20,80     | 177,00                         |
| Шницель рубленый мясной                           | 120    | 2024                                                          | 286                                   | 8,64  | 12,24 | 27,00     | 240,40                         |
| Каша гречневая рассыпчатая                        | 230    | 2024                                                          | 347                                   | 7,80  | 5,24  | 36,00     | 266,20                         |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 50     | 2021                                                          | 575                                   | 3,40  | 0,65  | 19,90     | 99,00                          |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами       | 60     | 2021                                                          | 576                                   | 4,5   | 1,74  | 30,96     | 156,60                         |
| Напиток из протёртой брусники                     | 200    | 2024                                                          | 463                                   | 0,13  | 0,06  | 7,20      | 30,00                          |
| Яблоко свежее                                     | 100    | 2008                                                          | 9.1                                   | 0,40  | 0,40  | 9,80      | 44,40                          |
| Печенье                                           | 50     | 2021                                                          | 582                                   | 6,00  | 5,00  | 16,50     | 100,80                         |
| Булочка "Дорожная"                                | 75     | 2024                                                          | 501                                   | 7,50  | 10,90 | 47,80     | 319,30                         |
| Итого за прием пищи:                              | 1335   |                                                               |                                       | 46,22 | 53,33 | 223,96    | 1552,20                        |
| Всего за день:                                    |        |                                                               |                                       | 46,22 | 53,33 | 223,96    | 1552,20                        |

**Зав. производством**

СОГЛАСОВАНО

Директор



Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

Камедин А.В.

17.08.2026 г.

Ежедневное меню 12-18 лет (комплексный обед)

16.08.2026

16.09.2026

| 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         |                                |
| 3 день (среда)                                         |           |                                                               |                                       |       |       |           |                                |
| Комплексный обед                                       |           |                                                               |                                       |       |       |           |                                |
| Салат из квашеной капусты                              | 150       | 2024                                                          | 40                                    | 2,40  | 7,65  | 11,55     | 125,00                         |
| Борщ с капустой, картофелем, отварной курой и сметаной | 280/10/10 | 2024                                                          | 80                                    | 9,92  | 8,22  | 18,70     | 200,00                         |
| Запеканка из печени с рисом и соусом                   | 100/20    | 2024                                                          | 316                                   | 9,20  | 6,60  | 8,18      | 128,10                         |
| Макаронные изделия отварные                            | 230       | 2024                                                          | 356                                   | 5,80  | 14,11 | 34,00     | 277,80                         |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами      | 50        | 2021                                                          | 575                                   | 3,40  | 0,65  | 19,90     | 99,00                          |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами            | 60        | 2021                                                          | 576                                   | 4,5   | 1,74  | 30,96     | 156,60                         |
| Компот из свежих яблок                                 | 200       | 2024                                                          | 418                                   | 0,15  | 0,14  | 8,80      | 82,00                          |
| Груша свежая                                           | 100       | 2021                                                          | 82                                    | 0,40  | 0,30  | 10,30     | 47,00                          |
| Булочка молочная                                       | 100       | 2024                                                          | 508                                   | 9,33  | 6,87  | 52,61     | 309,60                         |
| Итого за прием пищи:                                   | 1310      |                                                               |                                       | 45,10 | 46,28 | 195,00    | 1425,10                        |
| Всего за день:                                         |           |                                                               |                                       | 45,10 | 46,28 | 195,00    | 1425,10                        |

Зав.производством А

СОГЛАСОВАНО

Директор

АА

-

/

-

/

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

«ПАРГОВО»

Камедин А.В.

17.08. 2026 г.

## Ежедневное меню 12-18 лет (комплексный обед)

14.08.2026

| 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         |                                |
| 4 день (четверг)                                  |        |                                                               |                                       |       |       |           |                                |
| Комплексный обед                                  |        |                                                               |                                       |       |       |           |                                |
| Салат "Мозайка"                                   | 150    | 2022                                                          | 28                                    | 2,37  | 7,50  | 1,50      | 195,00                         |
| Суп с вермишелью, картофелем и курой отварной     | 290/10 | 2024                                                          | 105                                   | 5,70  | 5,80  | 17,30     | 157,20                         |
| Тефтели рыбные в соусе сметанном с томатом        | 100/20 | 2024                                                          | 262                                   | 8,20  | 9,70  | 16,20     | 139,40                         |
| Пюре картофельное                                 | 230    | 2024                                                          | 360                                   | 6,40  | 6,80  | 37,44     | 195,50                         |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 50     | 2021                                                          | 575                                   | 3,40  | 0,65  | 19,90     | 99,00                          |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами       | 60     | 2021                                                          | 576                                   | 4,5   | 1,74  | 30,96     | 156,60                         |
| Компот из сухофруктов                             | 200    | 2024                                                          | 425                                   | 0,44  | 0,08  | 8,30      | 76,00                          |
| Яблоко свежее                                     | 100    | 2008                                                          | 9.1                                   | 0,40  | 0,40  | 9,80      | 44,40                          |
| Печенье                                           | 50     | 2021                                                          | 582                                   | 6,00  | 5,00  | 16,50     | 100,80                         |
| Сдоба обыкновенная                                | 75     | 2024                                                          | 496                                   | 7,80  | 8,50  | 48,50     | 274,70                         |
| Итого за прием пищи:                              | 1335   |                                                               |                                       | 45,21 | 46,17 | 206,40    | 1438,60                        |
| Всего за день:                                    |        |                                                               |                                       | 45,21 | 46,17 | 206,40    | 1438,60                        |

Зав.производством

А

СОГЛАСОВАНО

Директор



УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

Жамедин А.В.

17.08.2026 г.



Ежедневное меню 12-18 лет (комплексный обед)

18.09.2026

| 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         |                                |
|                                                                  |           |                                                               |                                       |       |       |           |                                |
| 5 день (пятница)                                                 |           |                                                               |                                       |       |       |           |                                |
| Комплексный обед                                                 |           |                                                               |                                       |       |       |           |                                |
| Салат из свеклы отварной                                         | 150       | 2022                                                          | 38                                    | 2,10  | 9,00  | 12,50     | 138,00                         |
| Рассольник "Ленинградский" с перловой крупой, курицей и сметаной | 280/10/10 | 2024                                                          | 96                                    | 7,50  | 10,11 | 24,82     | 222,60                         |
| Пазля с курицей                                                  | 330       | ТТК (осн. ТК №330,2024)                                       | 330/1                                 | 18,33 | 15,80 | 43,00     | 396,70                         |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами                | 50        | 2021                                                          | 575                                   | 3,40  | 0,65  | 19,90     | 99,00                          |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами                      | 60        | 2021                                                          | 576                                   | 4,5   | 1,74  | 30,96     | 156,60                         |
| Напиток из протёртой брусники                                    | 200       | 2024                                                          | 463                                   | 0,13  | 0,06  | 7,20      | 30,00                          |
| Апельсин свежий                                                  | 100       | 2008                                                          | 9.6                                   | 0,90  | 0,20  | 8,10      | 43,00                          |
| Зефир витаминизированный                                         | 35        | 2021                                                          | 582/1                                 | 0,63  | 0,10  | 16,20     | 66,80                          |
| Булочка "Веснушка"                                               | 75        | 2024                                                          | 502                                   | 7,58  | 8,50  | 40,80     | 248,80                         |
| Итого за прием пищи:                                             | 1300      |                                                               |                                       | 45,07 | 46,16 | 203,48    | 1401,50                        |
| Всего за день:                                                   |           |                                                               |                                       | 45,07 | 46,16 | 203,48    | 1401,50                        |

Зав.производством

СОГЛАСОВАНО

Директор



УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"



Камедин А.В.

17.08.2026 г.

## Ежедневное меню 12-18 лет (комплексный обед)

21.09.2026

21.09.2026

| 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         |                                |
| 7 день (понедельник)                              |        |                                                               |                                       |       |       |           |                                |
| Комплексный обед                                  |        |                                                               |                                       |       |       |           |                                |
| Салат "Степной" из разных овощей                  | 150    | 2024                                                          | 29                                    | 4,35  | 8,85  | 9,00      | 208,20                         |
| Бульон куриный с вермишелью и яйцом               | 290/10 | 2024                                                          | 110                                   | 8,80  | 7,80  | 22,00     | 204,00                         |
| Гуляш                                             | 120    | 2024                                                          | 279                                   | 7,92  | 6,24  | 12,94     | 106,00                         |
| Макаронные изделия отварные                       | 230    | 2024                                                          | 356                                   | 5,80  | 14,11 | 34,00     | 277,80                         |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 50     | 2021                                                          | 575                                   | 3,40  | 0,65  | 19,90     | 99,00                          |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами       | 60     | 2021                                                          | 576                                   | 4,5   | 1,74  | 30,96     | 156,60                         |
| Сок фруктовый                                     | 200    | 2024                                                          | 469                                   | 1,00  | 0,20  | 9,80      | 45,00                          |
| Мандарин свежий                                   | 100    | 2008                                                          | 9.8                                   | 0,80  | 0,10  | 7,50      | 38,00                          |
| Булочка с изюмом                                  | 75     | 2024                                                          | 502                                   | 8,60  | 6,40  | 45,50     | 274,00                         |
| Итого за прием пищи:                              | 1285   |                                                               |                                       | 45,17 | 46,09 | 191,60    | 1408,60                        |
| Всего за день:                                    |        |                                                               |                                       | 45,17 | 46,09 | 191,60    | 1408,60                        |

Зав.производством

A

Директор



Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

Камедин А.В.

17.08. 2026 г.



**Ежедневное меню 12-18 лет (комплексный обед)**

22.09.2026

| 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             |                                |
| 8 день (вторник)                                  |             |                                                               |                                       |              |              |               |                                |
| Комплексный обед                                  |             |                                                               |                                       |              |              |               |                                |
| Огурец солёный порционно                          | 100         | 2024                                                          | 385                                   | 0,48         | 6,2          | 11,50         | 52,10                          |
| Щи по-уральски с крупой, курицей и сметаной       | 280/10/10   | 2024                                                          | 91                                    | 8,30         | 7,60         | 24,00         | 177,60                         |
| Тефтели мясные в соусе сметанном с томатом        | 100/20      | 2024                                                          | 299                                   | 9,80         | 6,70         | 9,50          | 188,60                         |
| Пюре картофельное                                 | 230         | 2024                                                          | 360                                   | 6,40         | 6,80         | 37,44         | 195,50                         |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 50          | 2021                                                          | 575                                   | 3,40         | 0,65         | 19,90         | 99,00                          |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами       | 60          | 2021                                                          | 576                                   | 4,5          | 1,74         | 30,96         | 156,60                         |
| Компот из сухофруктов                             | 200         | 2024                                                          | 425                                   | 0,44         | 0,08         | 8,30          | 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         | 48,50         | 274,70                         |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                       | <b>1255</b> |                                                               |                                       | <b>42,96</b> | <b>41,47</b> | <b>209,70</b> | <b>1631,88</b>                 |
| <b>Всего за день:</b>                             |             |                                                               |                                       | <b>42,96</b> | <b>41,47</b> | <b>209,70</b> | <b>1631,88</b>                 |

**Зав.производством**

СОГЛАСОВАНО

Директор:



УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"



Камедин А.В.

17.08.2026 г.

Ежедневное меню 12-18 лет (комплексный обед)

20.08.2026

25.09.2026

| 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         |                                |
|                                                   |           |                                                               |                                       |       |       |           |                                |
| 9 день (среда)                                    |           |                                                               |                                       |       |       |           |                                |
| Комплексный обед                                  |           |                                                               |                                       |       |       |           |                                |
| Винегрет овощной                                  | 150       | 2024                                                          | 52                                    | 3,50  | 8,51  | 4,00      | 129,00                         |
| Суп из овощей с курой и сметаной                  | 280/10/10 | 2024                                                          | 100                                   | 6,80  | 5,50  | 26,32     | 166,40                         |
| Голубцы ленивые со сметаной                       | 330       | 2024                                                          | 320                                   | 16,03 | 16,74 | 36,00     | 377,14                         |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 50        | 2021                                                          | 575                                   | 3,40  | 0,65  | 19,90     | 99,00                          |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами       | 60        | 2021                                                          | 576                                   | 4,5   | 1,74  | 30,96     | 156,60                         |
| Компот из свежих яблок                            | 200       | 2024                                                          | 418                                   | 0,15  | 0,14  | 8,80      | 82,00                          |
| Груша свежая                                      | 100       | 2021                                                          | 82                                    | 0,40  | 0,30  | 10,30     | 47,00                          |
| Печенье                                           | 50        | 2021                                                          | 582                                   | 6,00  | 5,00  | 16,50     | 100,80                         |
| Булочка "Дорожная"                                | 75        | 2024                                                          | 501                                   | 7,50  | 10,90 | 47,80     | 319,30                         |
| Итого за прием пищи:                              | 1315      |                                                               |                                       | 48,28 | 49,48 | 200,58    | 1477,24                        |
| Всего за день:                                    |           |                                                               |                                       | 48,28 | 49,48 | 200,58    | 1477,24                        |

Зав.производством

21

Директор



Генеральный директор АО "КСП "Парголово"



Камедин А.В.

17.08. 2026 г.

**Ежедневное меню 12-18 лет (комплексный обед)**

24.09.2026

| 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         |                                |
| 10 день (четверг)                                 |        |                                                               |                                       |       |       |           |                                |
| Комплексный обед                                  |        |                                                               |                                       |       |       |           |                                |
| Салат из белокочанной капусты с огурцами          | 150    | 2021                                                          | 5                                     | 1,50  | 11,25 | 14,13     | 163,80                         |
| Уха из рыбы со свежей зеленью                     | 290/10 | 2024                                                          | 112                                   | 11,60 | 8,20  | 29,00     | 233,13                         |
| Птица, тушенная в сметанном соусе                 | 120    | 2024                                                          | 331                                   | 8,28  | 10,56 | 10,40     | 210,70                         |
| Каша гречневая рассыпчатая                        | 230    | 2024                                                          | 347                                   | 7,80  | 5,24  | 36,00     | 266,20                         |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 50     | 2021                                                          | 575                                   | 3,40  | 0,65  | 19,90     | 99,00                          |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами       | 60     | 2021                                                          | 576                                   | 4,5   | 1,74  | 30,96     | 156,60                         |
| Напиток из протёртой брусники                     | 200    | 2024                                                          | 463                                   | 0,13  | 0,06  | 7,20      | 30,00                          |
| Яблоко свежее                                     | 100    | 2008                                                          | 9.1                                   | 0,40  | 0,40  | 9,80      | 44,40                          |
| Зефир витаминизированный                          | 35     | 2021                                                          | 582/1                                 | 0,63  | 0,10  | 16,20     | 66,80                          |
| Булочка "Веснушка"                                | 75     | 2024                                                          | 502                                   | 7,58  | 8,50  | 40,80     | 248,80                         |
| Итого за прием пищи:                              | 1320   |                                                               |                                       | 45,82 | 46,70 | 214,39    | 1519,43                        |
| Всего за день:                                    |        |                                                               |                                       | 45,82 | 46,70 | 214,39    | 1519,43                        |

**Зав.производством**

Директор



Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

\* Камедин А.В.

17.08. 2026 г.



**Ежедневное меню 12-18 лет (комплексный обед)**

25.09.2026

| 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         |                                |
| 11 день (пятница)                                 |        |                                                               |                                       |       |       |           |                                |
| Комплексный обед                                  |        |                                                               |                                       |       |       |           |                                |
| Салат из квашеной капусты                         | 150    | 2024                                                          | 40                                    | 2,40  | 7,65  | 11,55     | 125,00                         |
| Суп картофельный с горохом и гречками             | 290/10 | 2024                                                          | 104                                   | 6,60  | 7,50  | 20,80     | 177,00                         |
| Жаркое "По-домашнему" со свиной                   | 330    | 2008                                                          | 258                                   | 16,54 | 18,82 | 50,10     | 392,30                         |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами | 50     | 2021                                                          | 575                                   | 3,40  | 0,65  | 19,90     | 99,00                          |
| Батон нарезной обогащенный микронутриентами       | 60     | 2021                                                          | 576                                   | 4,5   | 1,74  | 30,96     | 156,60                         |
| Компот из сухофруктов                             | 200    | 2024                                                          | 425                                   | 0,44  | 0,08  | 8,30      | 76,00                          |
| Апельсин свежий                                   | 100    | 2008                                                          | 9,6                                   | 0,90  | 0,20  | 8,10      | 43,00                          |
| Вафли                                             | 20     | 2021                                                          | 580                                   | 1,44  | 2,8   | 9,80      | 62,00                          |
| Булочка молочная                                  | 100    | 2024                                                          | 508                                   | 9,33  | 6,87  | 52,61     | 309,60                         |
| Итого за прием пищи:                              | 1310   |                                                               |                                       | 45,55 | 46,31 | 212,12    | 1520,52                        |
| Всего за день:                                    |        |                                                               |                                       | 45,55 | 46,31 | 212,12    | 1520,52                        |

**Зав.производством**

СОГЛАСОВАНО

Директор

*Судачков АА*  
2026 г.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

*А.В. Камедин*  
для документов  
17.08.2026 г.

Ежедневное меню 12-18 лет (комплексный обед)

28.09.2026

| 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         |                                |
| 1 день (понедельник)                              |        |                                                               |                                       |       |       |           |                                |
| Комплексный обед                                  |        |                                                               |                                       |       |       |           |                                |
| Огурец солёный порционно                          | 100    | 2024                                                          | 385                                   | 0,48  | 6,20  | 11,50     | 52,10                          |
| Суп рыбный с картофелем и рисовой крупой          | 290/10 | 2024                                                          | 103                                   | 8,00  | 7,96  | 15,12     | 216,90                         |
| Паста Болоньезе "По-школьному"                    | 330    | 2022                                                          | 404                                   | 16,80 | 16,85 | 59,30     | 471,80                         |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 50     | 2021                                                          | 575                                   | 3,4   | 0,65  | 19,90     | 99,00                          |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами       | 60     | 2021                                                          | 576                                   | 4,5   | 1,74  | 30,96     | 156,60                         |
| Сок фруктовый                                     | 200    | 2024                                                          | 469                                   | 1     | 0,2   | 9,80      | 45,00                          |
| Мандарин свежий                                   | 100    | 2008                                                          | 9.8                                   | 0,80  | 0,10  | 7,50      | 38,00                          |
| Вафли                                             | 20     | 2021                                                          | 580                                   | 1,44  | 2,8   | 9,80      | 62,00                          |
| Булочка "Домашняя"                                | 75     | 2024                                                          | 499                                   | 8,60  | 9,80  | 48,70     | 313,40                         |
| Итого за прием пищи:                              | 1235   |                                                               |                                       | 45,02 | 46,30 | 212,58    | 1454,80                        |
|                                                   |        |                                                               |                                       | 45,02 | 46,30 | 212,58    | 1454,80                        |

Зав.производством *А*

Директор



Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

Камедин А.В.

17.08.2026 г.



**Ежедневное меню 12-18 лет (комплексный обед)**

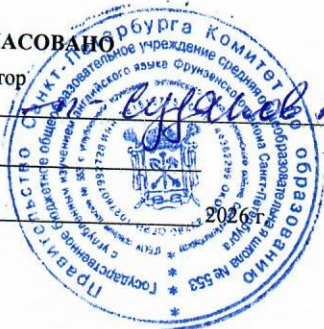
29.09.20262

| 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             |                                |
| <b>2 день (вторник)</b>                          |             |                                                               |                                       |              |              |               |                                |
| <b>Комплексный обед</b>                          |             |                                                               |                                       |              |              |               |                                |
| Салат "Витаминный" (1 вариант)                   | 150         | 2024                                                          | 41                                    | 1,25         | 9,60         | 8,00          | 118,50                         |
| Суп картофельный с горохом и гречками            | 290/10      | 2024                                                          | 104                                   | 6,60         | 7,50         | 20,80         | 177,00                         |
| Шницель рубленый мясной                          | 120         | 2024                                                          | 286                                   | 8,64         | 12,24        | 27,00         | 240,40                         |
| Каша гречневая рассыпчатая                       | 230         | 2024                                                          | 347                                   | 7,80         | 5,24         | 36,00         | 266,20                         |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами | 50          | 2021                                                          | 575                                   | 3,40         | 0,65         | 19,90         | 99,00                          |
| Батон нарезной обогащенный микроэлементами       | 60          | 2021                                                          | 576                                   | 4,5          | 1,74         | 30,96         | 156,60                         |
| Напиток из протёртой брусники                    | 200         | 2024                                                          | 463                                   | 0,13         | 0,06         | 7,20          | 30,00                          |
| Яблоко свежее                                    | 100         | 2008                                                          | 9.1                                   | 0,40         | 0,40         | 9,80          | 44,40                          |
| Печенье                                          | 50          | 2021                                                          | 582                                   | 6,00         | 5,00         | 16,50         | 100,80                         |
| Булочка "Дорожная"                               | 75          | 2024                                                          | 501                                   | 7,50         | 10,90        | 47,80         | 319,30                         |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                      | <b>1335</b> |                                                               |                                       | <b>46,22</b> | <b>53,33</b> | <b>223,96</b> | <b>1552,20</b>                 |
| <b>Всего за день:</b>                            |             |                                                               |                                       | <b>46,22</b> | <b>53,33</b> | <b>223,96</b> | <b>1552,20</b>                 |

**Зав.производством**

СОГЛАСОВАНО

Директор



УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"



Камедин А.В.

17.08.2026 г.

Ежедневное меню 12-18 лет (комплексный обед)

30.09.2026

| 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         |                                |
| 3 день (среда)                                         |           |                                                               |                                       |       |       |           |                                |
| Комплексный обед                                       |           |                                                               |                                       |       |       |           |                                |
| Салат из квашеной капусты                              | 150       | 2024                                                          | 40                                    | 2,40  | 7,65  | 11,55     | 125,00                         |
| Борщ с капустой, картофелем, отварной курой и сметаной | 280/10/10 | 2024                                                          | 80                                    | 9,92  | 8,22  | 18,70     | 200,00                         |
| Запеканка из печени с рисом и соусом                   | 100/20    | 2024                                                          | 316                                   | 9,20  | 6,60  | 8,18      | 128,10                         |
| Макаронные изделия отварные                            | 230       | 2024                                                          | 356                                   | 5,80  | 14,11 | 34,00     | 277,80                         |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами      | 50        | 2021                                                          | 575                                   | 3,40  | 0,65  | 19,90     | 99,00                          |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами            | 60        | 2021                                                          | 576                                   | 4,5   | 1,74  | 30,96     | 156,60                         |
| Компот из свежих яблок                                 | 200       | 2024                                                          | 418                                   | 0,15  | 0,14  | 8,80      | 82,00                          |
| Груша свежая                                           | 100       | 2021                                                          | 82                                    | 0,40  | 0,30  | 10,30     | 47,00                          |
| Булочка молочная                                       | 100       | 2024                                                          | 508                                   | 9,33  | 6,87  | 52,61     | 309,60                         |
| Итого за прием пищи:                                   | 1310      |                                                               |                                       | 45,10 | 46,28 | 195,00    | 1425,10                        |
| Всего за день:                                         |           |                                                               |                                       | 45,10 | 46,28 | 195,00    | 1425,10                        |

Зав.производством

2