СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ средней школы № 553

_____ / Сурапов АА

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

_____ Камедин А.В.

17.08. 2026 г.

Ежедневное меню 12-18 лет комплексный обед

5.11 2026 г.

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация (сборник рецептур)	№ рецептуры или технологической карты	Белки Всего г	Жиры Всего г	Углеводы, Всего г	Энергетическая ценность, ккал.
10 день (четверг)							
Комплексный обед							
Салат из белокочанной капусты с огурцами	100	2021	5	1,00	7,50	9,42	66,00
Уха из рыбы со свежей зеленью	250/10	2024	112	9,90	9,66	23,03	216,17
Птица, тушеная в сметанном соусе	120	2024	331	4,40	9,87	10,40	182,67
Каша гречневая рассыпчатая	180	2024	347	9,84	6,72	43,08	272,40
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	50	2021	575	3,4	0,65	19,9	99
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	60	2021	576	4,5	1,74	30,96	156,6
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	12,40	66,80
Булочка "Веснушка"	75	2024	502	7,58	8,50	24,60	225,60
Итого за прием пищи:	**1180**			**41,78**	**45,19**	**190,79**	**1359,64**
Всего за день:				**41,78**	**45,19**	**190,79**	**1359,64**

Зав. производством _____

СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ средней школы № 553

_____ Сарапов АА

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

_____ Камедин А.В.

17.08. 2026 г.

Ежедневное меню 12-18 лет комплексный обед

6.11 **2026 г.**

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация (сборник рецептур)	№ рецептуры или технологической карты	Белки Всего г	Жиры Всего г	Углеводы, Всего г	Энергетическая ценность, ккал.
11 день (пятница)							
Комплексный обед							
Салат из квашеной капусты	100	2024	40	1,60	5,10	7,70	83,00
Суп картофельный с горохом и гренками	250/10	2024	104	6,52	4,63	18,70	141,17
Жаркое "По-домашнему" со свининой	280	2008	258	15,63	18,99	42,82	424,43
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	50	2021	575	3,4	0,65	19,9	99
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	60	2021	576	4,5	1,74	30,96	156,6
Компот из сухофруктов	200	2024	425	0,44	0,08	18,30	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	7,8	32,60	264,60
Итого за прием пищи:	**1170**			**43,77**	**41,99**	**188,87**	**1349,80**
Всего за день:				**43,77**	**41,99**	**188,87**	**1349,80**

Зав. производством _____

СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ средней школы № 533

_____ Ершов А.А.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

_____ Камедин А.В.

17.08. 2026 г.

Ежедневное меню 12-18 лет комплексный обед

9.11 2026 г.

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация (сборник рецептур)	№ рецептуры или технологической карты	Белки Всего г	Жиры Всего г	Углеводы, Всего г	Энергетическая ценность, ккал.
1 день (понедельник)							
Завтрак							
Комплексный обед							
Огурец солёный порционно	100	2024	385	0,8	0,1	2	11
Суп рыбный с картофелем и рисовой крупой	250/10	2024	103	9,55	6,03	20,35	187,94
Паста Болоньезе "По-школьному"	280	2022	404	13,07	23,92	55,88	477,17
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	50	2021	575	3,4	0,65	19,9	99
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	60	2021	576	4,5	1,74	30,96	156,6
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
Вафли	20	2021	580	1,44	2,8	9,80	62,00
Булочка "Домашняя"	75	2024	499	7,80	8,70	34,40	281,60
Итого за прием пищи:	**1145**			**42,35**	**44,24**	**190,60**	**1358,31**
Всего за день:				**42,35**	**44,24**	**190,60**	**1358,31**

Зав. производством _____

СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ средней школы № 553

_____ Сафонов А.А

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

_____ Камедин А.В.

17.08. 2026 г.

Ежедневное меню 12-18 лет комплексный обед

10.11 2026 г.

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация (сборник рецептур)	№ рецептуры или технологической карты	Белки Всего г	Жиры Всего г	Углеводы, Всего г	Энергетическая ценность, ккал.
2 день (вторник)							
Комплексный обед							
Салат "Витаминный" (1 вариант)	100	2024	41	0,83	6,40	5,33	79,00
Суп картофельный с горохом и гренками	250/10	2024	104	6,52	4,63	18,70	141,17
Шницель рубленый мясной	120	2024	286	8,40	15,47	18,80	257,60
Каша гречневая рассыпчатая	180	2024	347	9,84	6,72	43,08	272,40
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	50	2021	575	3,4	0,65	19,9	99
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	60	2021	576	4,5	1,74	30,96	156,6
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	40	2021	582	4,80	4,00	13,20	80,64
Булочка "Дорожная"	75	2024	501	5,80	5,90	24,50	198,40
Итого за прием пищи:	**1185**			**44,63**	**45,97**	**191,47**	**1359,21**
Всего за день:				**44,63**	**45,97**	**191,47**	**1359,21**

Зав. производством _____

СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ средней школы № 553

_____ Кудаков А.Д.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

_____ Камедин А.В.

17.08. 2026 г.

Ежедневное меню 12-18 лет комплексный обед

11.11 **2026 г.**

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация (сборник рецептур)	№ рецептуры или технологической карты	Белки Всего г	Жиры Всего г	Углеводы, Всего г	Энергетическая ценность, ккал.
3 день (среда)							
Комплексный обед							
Салат из квашеной капусты	100	2024	40	1,60	5,10	7,70	83,00
Борщ с капустой, картофелем, отварной курой и сметаной	250/10/10	2024	80	8,93	8,43	12,89	161,26
Запеканка из печени с рисом и соусом	100/20	2024	316	9,60	6,55	8,18	173,02
Макаронные изделия отварные	180	2024	356	3,48	11,04	39,36	228,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	50	2021	575	3,4	0,65	19,9	99
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	60	2021	576	4,5	1,74	30,96	156,6
Компот из свежих яблок	200	2024	418	0,15	0,14	19,90	82,00
Груша свежая	100	2021	82	0,40	0,30	10,30	47,00
Булочка молочная	100	2024	508	9,33	7,8	32,60	264,60
Итого за прием пищи:	**1180**			**41,39**	**41,75**	**181,79**	**1294,48**
Всего за день:				**41,39**	**41,75**	**181,79**	**1294,48**

Зав. производством _____

СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ средней школы № 533

_____ Кириллова А.А.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

_____ Камедин А.В.

17.08. 2026 г.

Ежедневное меню 12-18 лет комплексный обед

12.11 2026 г.

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация (сборник рецептур)	№ рецептуры или технологической карты	Белки Всего г	Жиры Всего г	Углеводы, Всего г	Энергетическая ценность, ккал.
4 день (четверг)							
Комплексный обед							
Салат "Мозайка"	100	2022	28	1,58	5,00	1,00	130,00
Суп с вермишелью, картофелем и курой отварной	250/10	2024	105	7,80	8,42	14,98	191,90
Тефтели рыбные в соусе сметанном с томатом	100/30	2024	262	11,27	10,29	15,60	162,28
Пюре картофельное	180	2024	360	2,52	6,72	36,00	184,80
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	50	2021	575	3,4	0,65	19,9	99
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	60	2021	576	4,5	1,74	30,96	156,6
Компот из сухофруктов	200	2024	425	0,44	0,08	18,30	76,00
Яблоко свежее	100	2008	9.1	0,40	0,40	9,80	44,40
Печенье	40	2021	582	4,80	4,00	13,20	80,64
Сдоба обыкновенная	75	2024	496	7,80	8,50	29,40	211,60
Итого за прием пищи:	**1195**			**44,51**	**45,80**	**189,14**	**1337,23**
Всего за день:				**44,51**	**45,80**	**189,14**	**1337,23**

Зав. производством _____

СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ средней школы № 553

_____ Сафонов А.В.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

_____ Камедин А.В.

17.08. 2026 г.

Ежедневное меню 12-18 лет комплексный обед

13.11 **2026 г.**

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация (сборник рецептур)	№ рецептуры или технологической карты	Белки Всего г	Жиры Всего г	Углеводы, Всего г	Энергетическая ценность, ккал.
5 день (пятница)							
Комплексный обед							
Салат из свеклы отварной	100	2022	38	1,40	6,00	8,33	92,00
Рассольник "Ленинградский" с перловой крупой, курицей и сметаной	250/10/10	2024	96	5,52	12,09	25,34	230,36
Паэлья с курицей	280	ТТК (осн. ТК №330,2024)	330/1	16,80	13,88	49,47	394,33
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	50	2021	575	3,4	0,65	19,9	99
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	60	2021	576	4,5	1,74	30,96	156,6
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	12,40	66,80
Булочка "Веснушка"	75	2024	502	7,58	8,50	24,60	225,60
Итого за прием пищи:	**1170**			**40,86**	**43,22**	**186,30**	**1337,69**
Всего за день:				**40,86**	**43,22**	**186,30**	**1337,69**

Зав. производством _____

СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ средней школы № 553

_____ Сидоров АА

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

_____ Камедин А.В.

17.08. 2026 г.

Ежедневное меню 12-18 лет комплексный обед

16.11 2026 г.

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация (сборник рецептур)	№ рецептуры или технологической карты	Белки Всего г	Жиры Всего г	Углеводы, Всего г	Энергетическая ценность, ккал.
7 день (понедельник)							
Комплексный обед							
Салат "Степной" из разных овощей	100	2024	29	4,92	11,67	6,00	166,67
Бульон куриный с вермишелью и яйцом	250/10	2024	110	13,37	5,08	29,84	244,90
Гуляш	120	2024	279	3,73	6,40	6,80	105,73
Макаронные изделия отварные	180	2024	356	3,48	11,04	39,36	228,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	50	2021	575	3,4	0,65	19,9	99
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	60	2021	576	4,5	1,74	30,96	156,6
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	40,60	274,00
Итого за прием пищи:	**1145**			**43,80**	**43,27**	**190,76**	**1357,90**
Всего за день:				**43,80**	**43,27**	**190,76**	**1357,90**

Зав. производством _____

СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ средней школы № 533

Курашов АА

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

Камедин А.В.

17.08. 2026 г.

Ежедневное меню 12-18 лет комплексный обед

17.11 2026 г.

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация (сборник рецептур)	№ рецептуры или технологической карты	Белки Всего г	Жиры Всего г	Углеводы, Всего г	Энергетическая ценность, ккал.
8 день (вторник)							
Комплексный обед							
Огурец солёный порционно	100	2024	385	0,8	0,1	2	11
Щи по-уральски с крупой, курицей и сметаной	250/10/10	2024	91	3,77	6,10	18,04	101,37
Тефтели мясные в соусе сметанном с томатом	120/30	2024	299	13,38	14,50	11,88	230,75
Пюре картофельное	180	2024	360	2,52	6,72	36,00	184,80
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	50	2021	575	3,4	0,65	19,9	99
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	60	2021	576	4,5	1,74	30,96	156,6
Компот из сухофруктов	200	2024	425	0,44	0,08	18,30	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	29,40	211,60
Итого за прием пищи:	**1185**			**38,44**	**41,59**	**186,08**	**1177,52**
Всего за день:				**38,44**	**41,59**	**186,08**	**1177,52**

Зав. производством _____

СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ средней школы № 553

_____ / Сахаров А.А.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

_____ Камедин А.В.

17.08. 2026 г.

Ежедневное меню 12-18 лет комплексный обед

18.11 2026 г.

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация (сборник рецептур)	№ рецептуры или технологической карты	Белки Всего г	Жиры Всего г	Углеводы, Всего г	Энергетическая ценность, ккал.
9 день (среда)							
Комплексный обед							
Винегрет овощной	100	2024	52	2,33	5,67	2,67	86,00
Суп из овощей с курой и сметаной	250/10/10	2024	100	1,60	4,91	23,69	149,73
Голубцы ленивые со сметаной	280	2024	320	21,35	24,97	41,77	416,03
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	50	2021	575	3,4	0,65	19,9	99
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	60	2021	576	4,5	1,74	30,96	156,6
Компот из свежих яблок	200	2024	418	0,15	0,14	19,90	82,00
Груша свежая	100	2021	82	0,40	0,30	10,30	47,00
Печенье	40	2021	582	4,80	4,00	13,20	80,64
Булочка "Дорожная"	75	2024	501	5,80	5,90	24,50	198,40
Итого за прием пищи:	**1175**			**44,33**	**48,27**	**186,88**	**1315,40**
Всего за день:				**44,33**	**48,27**	**186,88**	**1315,40**

Зав. производством _____

СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ средней школы № 553

_____ Сахаров А.А.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

_____ Камедин А.В.

17.08. 2026 г.

Ежедневное меню 12-18 лет комплексный обед

19.11 2026 г.

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация (сборник рецептур)	№ рецептуры или технологической карты	Белки Всего г	Жиры Всего г	Углеводы, Всего г	Энергетическая ценность, ккал.
10 день (четверг)							
Комплексный обед							
Салат из белокочанной капусты с огурцами	100	2021	5	1,00	7,50	9,42	66,00
Уха из рыбы со свежей зеленью	250/10	2024	112	9,90	9,66	23,03	216,17
Птица, тушеная в сметанном соусе	120	2024	331	4,40	9,87	10,40	182,67
Каша гречневая рассыпчатая	180	2024	347	9,84	6,72	43,08	272,40
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	50	2021	575	3,4	0,65	19,9	99
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	60	2021	576	4,5	1,74	30,96	156,6
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	12,40	66,80
Булочка "Веснушка"	75	2024	502	7,58	8,50	24,60	225,60
Итого за прием пищи:	**1180**			**41,78**	**45,19**	**190,79**	**1359,64**
Всего за день:				**41,78**	**45,19**	**190,79**	**1359,64**

Зав. производством _____

СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ средней школы № 553

_____ Бурашов А.А.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

_____ Камедин А.В.

17.08. 2026 г.

Ежедневное меню 12-18 лет комплексный обед

20.11 2026 г.

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация (сборник рецептур)	№ рецептуры или технологической карты	Белки Всего г	Жиры Всего г	Углеводы, Всего г	Энергетическая ценность, ккал.
11 день (пятница)							
Комплексный обед							
Салат из квашеной капусты	100	2024	40	1,60	5,10	7,70	83,00
Суп картофельный с горохом и гренками	250/10	2024	104	6,52	4,63	18,70	141,17
Жаркое "По-домашнему" со свининой	280	2008	258	15,63	18,99	42,82	424,43
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	50	2021	575	3,4	0,65	19,9	99
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	60	2021	576	4,5	1,74	30,96	156,6
Компот из сухофруктов	200	2024	425	0,44	0,08	18,30	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	7,8	32,60	264,60
Итого за прием пищи:	**1170**			**43,77**	**41,99**	**188,87**	**1349,80**
Всего за день:				**43,77**	**41,99**	**188,87**	**1349,80**

Зав. производством _____

СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ средней школы № 553

_____ Буланов АА

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

_____ Камедин А.В.

17.08. 2026 г.

Ежедневное меню 12-18 лет комплексный обед

23.11 2026 г.

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация (сборник рецептур)	№ рецептуры или технологической карты	Белки Всего г	Жиры Всего г	Углеводы, Всего г	Энергетическая ценность, ккал.
1 день (понедельник)							
Завтрак							
Комплексный обед							
Огурец солёный порционно	100	2024	385	0,8	0,1	2	11
Суп рыбный с картофелем и рисовой крупой	250/10	2024	103	9,55	6,03	20,35	187,94
Паста Болоньезе "По-школьному"	280	2022	404	13,07	23,92	55,88	477,17
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	50	2021	575	3,4	0,65	19,9	99
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	60	2021	576	4,5	1,74	30,96	156,6
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
Вафли	20	2021	580	1,44	2,8	9,80	62,00
Булочка "Домашняя"	75	2024	499	7,80	8,70	34,40	281,60
Итого за прием пищи:	**1145**			**42,35**	**44,24**	**190,60**	**1358,31**
Всего за день:				**42,35**	**44,24**	**190,60**	**1358,31**

Зав. производством _____

СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ средней школы № 553

_____ Сарыков А.А.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

_____ Камедин А.В.

17.08. 2026 г.

Ежедневное меню 12-18 лет комплексный обед

24. 11 2026 г.

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация (сборник рецептур)	№ рецептуры или технологической карты	Белки Всего г	Жиры Всего г	Углеводы, Всего г	Энергетическая ценность, ккал.
2 день (вторник)							
Комплексный обед							
Салат "Витаминный" (1 вариант)	100	2024	41	0,83	6,40	5,33	79,00
Суп картофельный с горохом и гренками	250/10	2024	104	6,52	4,63	18,70	141,17
Шницель рубленый мясной	120	2024	286	8,40	15,47	18,80	257,60
Каша гречневая рассыпчатая	180	2024	347	9,84	6,72	43,08	272,40
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	50	2021	575	3,4	0,65	19,9	99
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	60	2021	576	4,5	1,74	30,96	156,6
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	40	2021	582	4,80	4,00	13,20	80,64
Булочка "Дорожная"	75	2024	501	5,80	5,90	24,50	198,40
Итого за прием пищи:	**1185**			**44,63**	**45,97**	**191,47**	**1359,21**
Всего за день:				**44,63**	**45,97**	**191,47**	**1359,21**

Зав. производством _____

СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ средней школы № 553

_____ Сурапов АА

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

_____ Камедин А.В.

17.08. 2026 г.

Ежедневное меню 12-18 лет комплексный обед

25.11 2026 г.

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация (сборник рецептур)	№ рецептуры или технологической карты	Белки Всего г	Жиры Всего г	Углеводы, Всего г	Энергетическая ценность, ккал.
3 день (среда)							
Комплексный обед							
Салат из квашеной капусты	100	2024	40	1,60	5,10	7,70	83,00
Борщ с капустой, картофелем, отварной курой и сметаной	250/10/10	2024	80	8,93	8,43	12,89	161,26
Запеканка из печени с рисом и соусом	100/20	2024	316	9,60	6,55	8,18	173,02
Макаронные изделия отварные	180	2024	356	3,48	11,04	39,36	228,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	50	2021	575	3,4	0,65	19,9	99
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	60	2021	576	4,5	1,74	30,96	156,6
Компот из свежих яблок	200	2024	418	0,15	0,14	19,90	82,00
Груша свежая	100	2021	82	0,40	0,30	10,30	47,00
Булочка молочная	100	2024	508	9,33	7,8	32,60	264,60
Итого за прием пищи:	**1180**			**41,39**	**41,75**	**181,79**	**1294,48**
Всего за день:				**41,39**	**41,75**	**181,79**	**1294,48**

Зав. производством _____

СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ средней школы № 553

_____ Куликов АА

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

_____ Камедин А.В.

17.08. 2026 г.

Ежедневное меню 12-18 лет комплексный обед

30.11 2026 г.

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация (сборник рецептур)	№ рецептуры или технологической карты	Белки Всего г	Жиры Всего г	Углеводы, Всего г	Энергетическая ценность, ккал.
7 день (понедельник)							
Комплексный обед							
Салат "Степной" из разных овощей	100	2024	29	4,92	11,67	6,00	166,67
Бульон куриный с вермишелью и яйцом	250/10	2024	110	13,37	5,08	29,84	244,90
Гуляш	120	2024	279	3,73	6,40	6,80	105,73
Макаронные изделия отварные	180	2024	356	3,48	11,04	39,36	228,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	50	2021	575	3,4	0,65	19,9	99
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	60	2021	576	4,5	1,74	30,96	156,6
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	40,60	274,00
Итого за прием пищи:	**1145**			**43,80**	**43,27**	**190,76**	**1357,90**
Всего за день:				**43,80**	**43,27**	**190,76**	**1357,90**

Зав. производством _____

СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ средней школы № 533

_____ Суханов АА

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

_____ Камедин А.В.

17.08. 2026 г.

Ежедневное меню 12-18 лет комплексный обед

26.11 2026 г.

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация (сборник рецептур)	№ рецептуры или технологической карты	Белки Всего г	Жиры Всего г	Углеводы, Всего г	Энергетическая ценность, ккал.
4 день (четверг)							
Комплексный обед							
Салат "Мозайка"	100	2022	28	1,58	5,00	1,00	130,00
Суп с вермишелью, картофелем и курой отварной	250/10	2024	105	7,80	8,42	14,98	191,90
Тефтели рыбные в соусе сметанном с томатом	100/30	2024	262	11,27	10,29	15,60	162,28
Пюре картофельное	180	2024	360	2,52	6,72	36,00	184,80
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	50	2021	575	3,4	0,65	19,9	99
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	60	2021	576	4,5	1,74	30,96	156,6
Компот из сухофруктов	200	2024	425	0,44	0,08	18,30	76,00
Яблоко свежее	100	2008	9,1	0,40	0,40	9,80	44,40
Печенье	40	2021	582	4,80	4,00	13,20	80,64
Сдоба обыкновенная	75	2024	496	7,80	8,50	29,40	211,60
Итого за прием пищи:	**1195**			**44,51**	**45,80**	**189,14**	**1337,23**
Всего за день:				**44,51**	**45,80**	**189,14**	**1337,23**

Зав. производством _____

СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ средней школы № 553

_____ Кулаков АА

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

_____ Камедин А.В.

17.08. 2026 г.

Ежедневное меню 12-18 лет комплексный обед

27.11 2026 г.

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация (сборник рецептур)	№ рецептуры или технологической карты	Белки Всего г	Жиры Всего г	Углеводы, Всего г	Энергетическая ценность, ккал.
5 день (пятница)							
Комплексный обед							
Салат из свеклы отварной	100	2022	38	1,40	6,00	8,33	92,00
Рассольник "Ленинградский" с перловой крупой, курицей и сметаной	250/10/10	2024	96	5,52	12,09	25,34	230,36
Паэлья с курицей	280	ТТК (осн. ТК №330,2024)	330/1	16,80	13,88	49,47	394,33
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	50	2021	575	3,4	0,65	19,9	99
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	60	2021	576	4,5	1,74	30,96	156,6
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	12,40	66,80
Булочка "Веснушка"	75	2024	502	7,58	8,50	24,60	225,60
Итого за прием пищи:	**1170**			**40,86**	**43,22**	**186,30**	**1337,69**
Всего за день:				**40,86**	**43,22**	**186,30**	**1337,69**

Зав. производством _____