

Утверждаю

Согласовано

Генеральный директор АО "Комбинат социального
питания Парголово"

Камедин А.В.

" " 202 г.

Директора

" " 202 г.

Ежедневное меню завтрака и обеда учащихся 5-8 кадетских классов

07.09. 2026 г.

7 день

Наименование	Выход,	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептов/	№ рецептуры или технологической карты	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
	г			Всего	Всего	Всего	
				г	г	г	
Завтрак							
Каша рисовая молочная вязкая с курагой и изюмом	200	2024	196	5,13	9,50	40,00	376,60
Бутерброд с сыром	40	2024	2	14,30	18,10	34,20	189,00
Какао с молоком	200	2024	459	13,40	4,70	22,10	154,00
Груша свежая	250	2021	82	1,00	0,75	25,75	117,50
Печенье в ассортименте	20	2021	582	2,66	3,49	5,86	64,83
Итого за прием пищи:	710			36,49	36,54	127,91	901,93
Обед							
Салат "Степной" из разных овощей	100	2024	29	4,92	11,67	6,00	166,67
Бульон куриный с вермишелью и яйцом	200/10	2024	110	10,80	4,10	24,10	159,80
Гуляш	100	2024	279	11,60	9,33	38,00	88,11
Макаронные изделия отварные	180	2024	356	3,48	11,04	39,36	178,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	40	2021	575	2,72	0,52	15,92	79,20
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	50	2021	576	3,75	1,45	25,80	130,50
Сок фруктовый	200	2024	469	1,00	0,20	9,80	45,00
Итого за прием пищи:	880			38,27	38,31	158,98	847,28
Всего за день:				74,75	74,84	286,89	1749,21

Заведующий производством

Утверждаю
Генеральный директор АО "Комбинат социального
питания Парулово"
Камедин А.В.
" " 202 г.

Согласовано
Директор
Д.А. Демисов
" " 202 г.

Ежедневное меню завтрака и обеда учащихся 5-8 кадетских классов

08. 09. 2026 г

8 день

Наименование	Выход,	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологической карты	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
	г			Всего	Всего	Всего	
				г	г	г	
Завтрак							
Каша "Янтарная" с яблоками	200	2024	199	19,30	22,90	64,60	594,60
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	25	2021	576	1,90	0,70	12,90	65,25
Яйцо отварное	40	2024	227	10,80	7,80	8,30	98,00
Чай с сахаром	200	2024	453	0,10	0,20	10,00	40,00
Яблоко свежее	250	2008	9.1	1,00	1,00	24,50	111,00
Итого за прием пищи:	715			33,10	32,60	120,30	908,85
Обед							
Огурец солёный порционно	100	2024	385	0,48	12,50	9,60	68,75
Щи по-уральски с крупой, курицей и сметаной	200/10/10	2024	91	12,70	4,97	14,70	132,60
Тефтели мясные в соусе сметанном с томатом	100/20	2024	299	14,80	10,80	39,50	172,00
Пюре картофельное	180	2024	360	7,60	8,80	46,00	184,80
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	2021	575	2,72	0,52	15,92	79,20
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	50	2021	576	3,75	1,45	25,80	130,50
Компот из сухофруктов	200	2024	425	0,44	0,08	18,30	76,00
Итого за прием пищи:	910			42,49	39,12	169,82	843,85
Всего за день:				75,59	71,72	290,12	1752,70

Заведующий производством

[Подпись]

Утверждаю
Генеральный директор АО "Комбинат социального
питания Парголово"
Камедин А.В.
" " 202_ г.

Согласовано
И.о. Директора
Р.А. Демосков
" " 202_ г.

Ежедневное меню завтрака и обеда учащихся 5-8 кадетских классов

09.09. 2026 г

9 день

Наименование	Выход,	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептов/	№ рецептуры или технологической карты	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
	г			Всего	Всего	Всего	
				г	г	г	
Завтрак							
Макароны отварные с сыром	200/15	2024	223	33,00	28,00	56,30	453,60
Бутерброд с повидлом	45	2024	1	2,50	7,70	61,40	261,00
Чай с лимоном	200	2024	454	0,20	0,00	15,20	80,00
Мандарин свежий	250	2008	9.8	2,00	0,25	18,75	95,00
Молоко в индивидуальной упаковке	200	ТТК (осн. ТК №468 2021)	468/1	11,70	14,60	9,20	101,00
Итого за прием пищи:	910			37,70	35,95	151,65	889,60
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	3,30	14,00	39,30	122,00
Голубцы ленивые со сметаной	280	2024	320	28,60	25,78	59,00	420,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	50	2021	575	2,72	0,52	15,92	79,20
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	60	2021	576	3,75	1,45	25,80	130,50
Компот из свежих яблок	200	2024	418	0,15	0,14	19,90	82,00
Итого за прием пищи:	960			38,52	41,89	159,92	833,70
Всего за день:				76,22	77,84	311,57	1723,30

Заведующий производством

Рис

Утверждаю

Генеральный директор АО "Комбинат социального питания Парголово"

Камедин А.В.

" " 202 г.

Согласовано

И.О.

Директора

Р.А. Денисов

" " 202 г.

Ежедневное меню завтрака и обеда учащихся 5-8 кадетских классов

10. 09. 2026 г

10 день

Наименование	Выход,	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологической карты	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
	г			Всего	Всего	Всего	
				г	г	г	
Завтрак							
Запеканка творожная "Зебра" со сгущённым молоком	200/15	2024	239	18,80	23,60	63,10	454,76
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	25	2021	576	1,90	0,70	12,90	65,25
Чай с сахаром	200	2024	453	0,10	0,20	10,00	40,00
Яблоко свежее	250	2008	9.1	1,00	1,00	24,50	111,00
Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5%	150	2021	470	4,40	2,50	16,00	155,00
Итого за прием пищи:	840			26,20	28,00	126,50	826,01
Обед							
Салат из белокочанной капусты с огурцами	100	2021	5	1,00	7,50	9,42	66,00
Уха из рыбы со свежей зеленью	200/10	2024	112	17,00	12,80	24,30	195,50
Птица, тушеная в сметанном соусе	100	2024	331	13,90	14,70	38,70	175,56
Каша гречневая рассыпчатая	180	2024	347	9,84	6,72	43,08	272,40
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	40	2021	575	2,72	0,52	15,92	79,20
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	50	2021	576	3,75	1,45	25,80	130,50
Напиток из протёртой брусники	200	2024	463	0,13	0,06	7,20	30,00
Итого за прием пищи:	880			48,34	43,75	164,42	949,16
Всего за день:				74,54	71,75	290,92	1775,16

Заведующий производством

Утверждаю

Генеральный директор АО "Комбинат социального питания Парголово"

Камедин А.В.

" " 202 г.

Согласовано

Директор

Д.А. Денисов

" " 202 г.

Ежедневное меню завтрака и обеда учащихся 5-8 кадетских классов

11.09. 2026 г

11 день

Наименование	Выход,	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологической карты	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
	г			Всего	Всего	Всего	
				г	г	г	
Завтрак							
Омлет натуральный	200	2024	228	12,70	15,40	47,80	257,55
Бутерброд с джемом	45	2024	1	2,50	7,70	51,40	261,00
Какао с молоком	200	2024	459	13,40	4,70	22,10	154,00
Апельсин свежий	250	2008	9.6	2,25	0,50	20,25	107,50
Печенье в ассортименте	20	2021	582	2,66	3,49	5,86	64,83
Итого за прием пищи:	715			33,51	31,79	147,41	844,88
Обед							
Салат из квашеной капусты	100	2024	40	1,60	5,10	7,70	83,00
Суп картофельный с горохом и гречками	200/10	2024	104	5,27	3,74	35,10	114,02
Жаркое "По-домашнему" со свининой	300	2008	258	28,63	30,35	61,25	498,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	40	2021	575	2,72	0,52	15,92	79,20
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	50	2021	576	3,75	1,45	25,80	130,50
Компот из сухофруктов	200	2024	425	0,44	0,08	18,30	76,00
Итого за прием пищи:	900			42,41	41,24	164,07	980,72
Всего за день:				75,92	73,03	311,48	1825,60

Заведующий производством