

Утверждаю
Генеральный директор
АО "Комбинат социального питания Парголово"

"01" сентября 2026 г.

Камедин А.В.

Согласовано

Директор ГБОУ

01 сентября 2026 г.

Прейскурант свободного выбора

Наименование блюд	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергетическая ценность
ЗАКУСКИ/САЛАТЫ						
1 Винегрет овощной с маслом растительным	100	45,00	1,1	9,6	7,1	121
2 Рататуй	200	145,00	1,5	3	6	57
3 Рыба под маринадом	100	95,00	9	8,2	6,4	136
4 Салат "Белые ночи"	100	95,00	14,5	8,55	1,75	141,95
5 Салат "Витаминный"	100	45,00	1,2	5,33	7,66	87
6 Салат "Греческий"	130	75,00	3,6	12,9	2,8	141,7
7 Салат "Мясной"	100	75,00	4,3	15,13	8,93	189,09
8 Салат "Нежный"	85/15	60,00	2,01	0,99	2,15	25,55
9 Салат "Полонинский"	100	60,00	1,13	10,09	4,41	112,97
10 Салат "Столичный"	100	65,00	8,1	8,9	7,7	143,3
11 Салат "Фантазия"	100	90,00	9,06	1,83	3,3	65,91
12 Салат "Цезарь"	100	95,00	7,35	6,5	11,9	135,5
13 Салат из квашеной капусты	100	45,00	1,6	5,1	7	83
14 Салат из моркови и яблок с раст.маслом	100	35,00	0,86	5,22	7,87	83,71
15 Салат из моркови с сыром с раст.маслом	125	45,00	4	8	6,8	115,2
16 Салат из моркови с чесноком с раст.маслом	100	35,00	1	18	6,5	192
17 Салат из огурцов и помидоров	100	55,00	0,96	10,14	3,52	110,43
18 Салат из отварных овощей с рыбой и соусом "Весна"	110/20/20	80,00	8,86	3,9	11,5	116,54
19 Салат из пекинской капусты с овощами	100	60,00	0,55	10,02	1,8	99,58
20 Салат из свежих овощей	100	65,00	1,1	10	3,7	109,2
21 Салат из свежих помидоров	100	45,00	1	10,2	3,3	109
22 Салат из свеклы с сыром, чесноком	100	50,00	4,52	4,4	6,53	84,5
23 Салат из соевых огурцов с луком	100	45,00	0,8	5,1	1,9	57
24 Салат школьные годы	100	45,00	1,13	10,11	3,33	109,76
25 Сельдь под шубой	100	85,00	5,86	3,33	5,06	73,65
26 Сельдь с луком	50	65,00	5,31	7,58	1,23	94,6
27 Яйцо отварное с гарниром и соусом "Весна"	120	55,00	4,46	12,5	8,82	165,62
28 Яйцо отварное	40	25,00	5,7	4,8	0,3	68
СУПЫ						
1 Борщ из свежей капусты и картофеля с мясом и со сметаной	250/10/5	70,00	5,32	7,1	14,4	142,78
2 Рассольник "Ленинградский" со сметаной	250/5/5	70,00	4,2	6,5	22,2	162,7
4 Суп картофельный с горохом и гречками	250/20	65,00	5,07	3,8	14,7	113,28
5 Суп картофельный с мясными фрикадельками	250/25	70,00	2,76	2,5	6,25	58,54
6 Суп картофельный с фасолью и сметаной	250/5	65,00	3,24	4,72	7,64	86
7 Суп-лапша домашняя с птицей	250	65,00	1,04	1,76	5	40
8 Суп-пюре из овощей и тыквы	250	60,00	2,4	6,2	11,9	113
9 Уха по - Фински	250	105,00	4,76	5,2	19,2	142,64
10 Щи из квашеной капусты с курицей и со сметаной	250/5	70,00	3,5	2,55	13,14	96,3
11 Щи из свежей капусты с курицей и со сметаной	250/5	70,00	5,5	3,55	16,22	118,83
ГОРЯЧИЕ БЛЮДА						
1 Биточки рубленные из птицы с соусом белым	80	85,00	18,5	6	9,3	165,2
2 Бефстроганов из говядины	100	145,00	7,8	23,4	4,7	265
3 Биточки, котлеты рыбные	100	95,00	13,1	7,6	15,8	184

4	Голубцы ленивые со сметаной						
5	Гуляш из мяса	200/5	125,00	16	13,45	26,1	289,68
6	Жаркое по-домашнему из птицы	100	105,00	11,24	12,3	8,4	214,2
7	Жаркое по-домашнему из свинины	250	190,00	11,25	10,75	8,95	177,55
8	Запекачка картофельная с мясом (свинина)	250	160,00	14,58	17,43	27,1	323,6
9	Котлета рубленая из птицы	200	110,00	13,4	30,6	20,4	410
11	Котлета рыбная "Любительская"	80	85,00	19,8	10,3	15,9	235,5
14	Котлеты Домашние	60	60,00	12,6	3,6	6	110
15	Котлеты Пожарские	100	110,00	16	12	7	200
17	Котлеты по-Киевски	100	110,00	18,6	16,95	19,84	306,31
19	Котлеты, биточки, шницели из кури (паровые)	100	130,00	18,2	16	8,4	250,4
20	Котлеты, биточки, шницели из свинины	90	90,00	13,3	15,8	8,5	229
21	Куриная грудка с картофелем, сыром и овощами	90	90,00	14	13,8	14,5	238,2
22	Куриное филе запеченное с помидорами	200	175,00	14,4	6,3	4,6	135,2
23	Люля -Кебаб с соусом томатным	100	140,00	16	14	2	180
24	Омлет с сыром	80/40	155,00	18,35	31,81	4,61	378,13
25	Перец фаршированный со свининой	115/5	90,00	18,1	19,02	11,86	291,02
26	Печеночные оладьи	150/50	150,00	7,17	7,92	6,25	124,96
27	Печень запеченная с луком	50	60,00	18	16	12	264
28	Плов из птицы	50/10	65,00	14,2	5,83	2	117,27
30	Птица тушенная в сметанном соусе	200	115,00	24,8	9,8	34,8	327,6
31	Рулет из говядины с луком и яйцом	50/50	95,00	14,9	8,3	4,7	154,6
32	Рулет куриный с омлетом	100	115,00	16,4	14,1	0,5	194
33	Рыба в кляре	100	95,00	14,37	12,05	0,59	168,29
34	Рыба запеченная с картофелем по-русски	80	95,00	18,58	13,16	21,11	277,2
35	Рыба запеченная с овощами и сыром	150	130,00	6,56	5,07	8,76	106,91
37	Рыба отварная с соусом польским	100	125,00	16,8	6,2	1,7	127,6
38	Рыба припущенная в томате с овощами	50/50	145,00	18,3	0,6	1,3	78,6
39	Свинина по- Французки	100	100,00	10,84	5,42	4,79	111,64
40	Свинина по-Гусарски	120	155,00	15,6	22	3,6	273,6
41	Тефтели из свинины (с рисом) с соусом томатным	100	175,00	16	12	1,5	178
42	Филе кури запеченное в яйце	70/30	85,00	12,1	10,5	12,5	192,9
43	Фрикадельки из птицы в сметанном соусе	70	100,00	18,57	9,28	1	161,8
44	Фрикассе из птицы	60/30	85,00	5,7	9,4	10,6	149,8
45	Шаверма	75	95,00	12,5	7,3	0,8	118,9
46	Шашлык куриный	180	130,00	14,1	6,3	20,1	193,5
47	Шницель куриный натуральный	100	125,00	5,6	6,9	5,1	104,9
48	Шницель из свинины запеченный	100	125,00	17,5	9,5	8	187,5
ГАРНИРЫ		90	115,00	25	25	8	305,9
1	Драники со сметаной						
2	Картофель "Айдахо"	100/20	70,00	3,13	8,28	21,81	174,28
3	Картофель жареный (из отварного)	180	55,00	4,2	15,4	34,3	292,6
4	Картофель по-деревенски	180	55,00	4,43	17,6	35,5	318,12
5	Каша гречневая рассыпчатая	180	55,00	2,6	13,1	24,8	227,5
6	Макароны отварные	180	45,00	6,48	3,96	30,78	177,66
7	Макароны с сыром	180	45,00	6,3	5	39,2	227
8	Пюре картофельное	180	60,00	16,92	12,78	36,72	324
9	Ризотто с овощами	180	55,00	3,24	4,95	31,32	207
10	Рис отварной	180	55,00	4,19	6,37	39,99	234,05
11	Фасоль отварная с луком и томатом	100	45,00	4,86	0,72	41,4	225
ВЫПЕЧКА/ДЕСЕРТЫ							
1	Бисквитный рулет с повидлом						
2	Булочка с корицей	110	65,00	9,82	6,23	73,4	388,95
3	Булочка с маком	75	55,00	7,79	6,8	49,62	290,84
4	Булочка сдобная	100	55,00	8,65	4,22	59,12	309,06
5	Булочка школьная	75	55,00	9,19	8,68	54,4	332,48
6	Бургер с мясной котлетой	75/50	115,00	9,17	3,33	62,33	315,97

7	Ватрушка "Царская"						
8	Ватрушка с джемом	100	75,00	11,27	14,57	35,6	318,61
9	Ватрушка с творогом	60	50,00	7,04	6,35	69,03	361,43
10	Ватрушка с творогом п/ф	60	55,00	12,55	8,28	43,87	300,2
11	Запеканка из творога с молоком сгущенным	120	80,00	9,6	11,4	49,6	336
12	Кекс с изюмом	100/20	80,00	21	15,6	27,7	336
13	Кольцо песочное	110	75,00	7,04	26,16	68,16	536,24
14	Конвертик с ветчиной, сыром и болгарским перцем п/ф	85	50,00	6,1	28,2	51	482,2
15	Конвертик с яблоком и брусничкой п/ф	120	100,00	14,4	24,5	29,9	424
16	Корж молочный	75	75,00	5	15	53	370
17	Крендель-булочка с сахаром п/ф	80	45,00	6,96	12,93	67,99	416,17
18	Круассан классический п/ф	75	45,00	10,85	8,69	72,47	411,49
19	Круассан с малиной п/ф	90	55,00	5,1	14,1	33,8	312
20	Круассан с шоколадным кремом п/ф	90	70,00	4,9	13,2	44	318
21	Курник п/ф	90	75,00	6,5	20	49	420
22	Маффин	120	100,00	12	25,3	34,6	414,1
23	Оладьи с молоком сгущенным/ джемом	80	65,00	2,2	20	36,1	333,2
24	Песочная полоска	150/30	70,00	8,38	9,35	51,61	334
25	Пирог Киш с курицей	100	80,00	5,36	20,1	74,41	495,31
26	Пирожное "Картошка"	110	100,00	10,6	20,3	25,4	320,6
27	Пирожок печеный с капустой и яйцом	50	65,00	8,4	31,6	59	554
28	Пирожок печеный с картофелем и луком	60	45,00	6,5	4,5	38	218,5
29	Пирожок печеный с яблоками	60	45,00	7,21	6,02	44,07	259,3
30	Пицца "Школьная"/Пицца с курицей	60	45,00	5,7	2,2	44,1	219
31	Сетка с клубничной начинкой п/ф	100	90,00	8,7	10,1	32,1	254
32	Сетка с яблочно-лимонной начинкой п/ф	85	90,00	5	14,8	50,2	354
33	Слойка с вишней п/ф	85	90,00	7	21	54	430
34	Слойка с малиной п/ф	120	110,00	3,4	13,7	37,3	286,4
35	Слойка со сгущенкой п/ф	65	80,00	3	11	33	296
36	Сосиска, запеченная в тесте п/ф	120	90,00	7,1	13,2	54	356,6
37	Сосиска, запеченная в тесте	50/50	85,00	10,3	14,6	22,9	265
38	Сочник п/ф	50/50	85,00	10,78	16,23	30,63	311,71
39	Сырная палочка п/ф	100	75,00	11,2	11,6	47,7	340
40	Сырники с молоком сгущенным /джемом	25	30,00	3	3,4	18,8	206
41	Сэндвич с курицей	100/20	95,00	16,55	6,2	24,73	220,92
42	Улитка с корицей п/ф	60	60,00	11,84	11,12	19,6	225,84
43	Улитка с маком п/ф	90	70,00	5	22	41	380
44	Хачапури с сыром	90	80,00	6,5	23	39	389
45	Шарлотка с яблоком	60	80,00	13,57	13,95	34,46	317,67
БЛИНЫ		85	70,00	3,74	6,28	31,44	197,24
1	Блины с курицей и сыром						
2	Блины с джемом	130/50	100,00	10	7,8	17,6	181,4
3	Блины с маслом	130/20	65,00	6,15	6,08	48,92	275
4	Блины со сгущенным молоком	130/10	65,00	6,45	11,51	33,11	261,83
		130/20	65,00	9,44	8	51,7	316,56
КУЛИЧИ							
1	Кулич						
2	Кулич	120	75,00	8,4	12,5	60,3	348,3
КАШИ		300	160,00	21	31,25	150,75	870,2
1	Каша "Дружба" молочная вязкая						
2	Каша "Геркулес" молочная вязкая с маслом	200	35	12,09	10,56	35,06	232,4
3	Каша гречневая молочная вязкая	200	30	11,7	10,5	33,76	256,7
4	Каша манная жидкая с маслом	200	35	9	7,8	38	258,4
5	Каша пшеничная жидкая с маслом	200	30	7,8	11,2	36	280
6	Каша рисовая молочная с маслом	200	30	8,4	12,6	35	254,2
		200	40	8,2	8,8	38,4	256,26
НАПИТКИ							
1	Компот из смеси сухофруктов						
2	Компот из яблок	200	30	0,6	0,1	23,5	97,2
4	Морс ягодный	200	30	0,2	0,2	20,1	87,8
		200	40	0,5	0,1	24,1	99,3

5	Напиток апельсиновый	200	30	0,5	0,1	21,3	95,2
6	Напиток из шиповника	200	30	0,2	0,2	20,1	87,8
7	Чай с лимоном	200/3	20	0,29	0,1	14,69	59,9
8	Чай с сахаром	200	15	0,2	0,1	15	60
ФРУКТЫ							
1	Фруктовый салат	130	65,00	1,2	0,7	14,9	71
2	Желе фруктовое	100	55,00	1,5	0	12	50
3	Апельсин	100	30,00	0,9	0,2	8,1	43
4	Груша	100	30,00	0,4	0,3	10,3	47
5	Мандарин	100	30,00	0,8	0,1	7,5	38
6	Яблоко	100	30,00	0,4	0,4	9,8	44,4
ХЛЕБ							
1	Батон нарезной обогащённый микроэлементами	25	7,00	2	1,16	12,99	68
2	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микроэлементами	30	6,00	2,4	1,27	1,8	69