**Утверждаю**

Генеральный директор АО "Комбинат социального питания Пантолово"

Камедин А.В. _____

"17" 08 2026 г.

**Согласовано**

И.о. директора

_____ /Д.А. Денисков

"17" 08 2026 г.

**Ежедневное меню комплексного обеда учащихся 12-18 лет**

**09.11. 2026 г**

**1 день**

| 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 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **Комплексный обед** | | | | | | | |
| Огурец солёный порционно | 100 | 2024 | 385 | 0,48 | 6,2 | 11,50 | 52,10 |
| Суп рыбный с картофелем и рисовой крупой | 250/10 | 2024 | 103 | 6,50 | 6,03 | 13,10 | 187,94 |
| Паста Болоньезе "По-школьному" | 280 | 2022 | 404 | 13,40 | 14,30 | 50,30 | 400,30 |
| 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 | 15,80 | 76,30 |
| 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 |
| **Итого за прием пищи:** | **1050** | | | **30,09** | **31,60** | **133,72** | **940,84** |
| **Всего за день:** | | | | **30,09** | **31,60** | **133,72** | **940,84** |

**Заведующий производством**_____

Генеральный директор АО "Комбинат социального питания Парголово"

Камедин А.В. _____

"____" _____ 202__ г.

Согласовано

И.о. директора

_____ /Д.А. Денисков

"17" 08 2026 г.

**Ежедневное меню комплексного обеда учащихся 12-18 лет**

**10.11. 2026 г**

**2 день**

| 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 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **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 | 4,40 | 3,40 | 12,20 | 122,10 |
| Шницель рубленый мясной | 100 | 2024 | 286 | 7,20 | 10,20 | 22,50 | 200,30 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 2024 | 347 | 5,70 | 4,10 | 28,10 | 208,30 |
| 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 | 15,80 | 76,30 |
| 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 |
| **Итого за прием пищи:** | **1080** | | | **31,13** | **31,53** | **133,35** | **940,40** |
| **Всего за день:** | | | | **31,13** | **31,53** | **133,35** | **940,40** |

**Заведующий производством**_____

**Утверждаю**
Генеральный директор АО "Комбинат социального питания Парголово"
Камедин А.В. _____
"____" _____ 202__ г.

**Согласовано**
И.о. директора
Д.А. Денисков
"17" 08 2026 г.

**Ежедневное меню комплексного обеда учащихся 12-18 лет**

11.11. **2026 г**

**3 день**

| 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 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **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 | 4,70 | 11,40 | 156,30 |
| Запеканка из печени с рисом и соусом | 100/20 | 2024 | 316 | 9,20 | 6,60 | 8,18 | 128,10 |
| Макаронные изделия отварные | 180 | 2024 | 356 | 3,48 | 11,04 | 24,70 | 131,70 |
| 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 | 13,60 | 76,30 |
| 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 | 75 | 2024 | 508 | 7,00 | 1,40 | 29,50 | 159,20 |
| **Итого за прием пищи:** | **1135** | | | **37,23** | **31,25** | **130,10** | **942,80** |
| **Всего за день:** | | | | **37,23** | **31,25** | **130,10** | **942,80** |

**Заведующий производством**_____

**Утверждаю**

Генеральный директор АО "Комбинат социального питания Парголово"

Камедин А.В. _____

"____" _____ 202__ г.

**Согласовано**

И.о. директора

_____ /Д.А. Денисков

"17" 08 2026 г.

## Ежедневное меню комплексного обеда учащихся 12-18 лет

12.11. **2026 г**

**4 день**

| 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 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **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 | 4,30 | 4,10 | 14,98 | 136,20 |
| Тефтели рыбные в соусе сметанном с томатом | 100/20 | 2024 | 262 | 8,20 | 9,70 | 16,20 | 139,40 |
| Пюре картофельное | 180 | 2024 | 360 | 4,20 | 4,50 | 29,30 | 153,00 |
| 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 | 15,80 | 76,30 |
| 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 |
| **Итого за прием пищи:** | **1100** | | | **31,59** | **30,75** | **127,80** | **935,30** |
| **Всего за день:** | | | | **31,59** | **30,75** | **127,80** | **935,30** |

**Заведующий производством**_____

**Утверждаю**

Генеральный директор АО "Комбинат социального питания Парголово"

Камедин А.В_____

"____" _____ 202__ г.

**Согласовано**

И.о. директора

_____/Д.А. Денисков

"17" 08 2026 г.

## Ежедневное меню комплексного обеда учащихся 12-18 лет

13.11. 2026 г

**5 день**

| 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 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **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 | 9,10 | 22,34 | 200,36 |
| Паэлья с курицей | 280 | ТТК (осн. ТК №330,2024) | 330/1 | 14,70 | 13,40 | 36,40 | 336,60 |
| 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 | 15,80 | 76,30 |
| 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 |
| **Итого за прием пищи:** | **1075** | | | **29,75** | **30,83** | **130,29** | **924,26** |
| **Всего за день:** | | | | **29,75** | **30,83** | **130,29** | **924,26** |

**Заведующий производством**_____