

Утверждаю

Генеральный директор

АО "Комбинат социального питания Парголово"



Камедин А.В.

"01" сентября 2025 г

Согласовано

Директор ГБОУ № 253

Приморского района



"01" сентября 2025 г

Ежедневное меню учащихся 7-11

29 сентября

2025 г

| Наименование                                         | Выход,  | Технологическая и нормативная документация /сборник рецептур | № рецептур ы или технолог и-чес-ко й карты | Белки | Жиры  | Угле-воды, | Энер-гет и-ческая цен-ност ь, ккал. |
|------------------------------------------------------|---------|--------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|-------|-------|------------|-------------------------------------|
|                                                      | г       |                                                              |                                            | Всего | Всего | Всего      |                                     |
|                                                      |         |                                                              |                                            | г     | г     | г          |                                     |
| 1 день                                               |         |                                                              |                                            |       |       |            |                                     |
| Завтрак                                              |         |                                                              |                                            |       |       |            |                                     |
| Каша геркулесовая молочная вязкая с маслом сливочным | 160/5   | 2008                                                         | 184                                        | 9,31  | 8,40  | 27,01      | 205,40                              |
| Бутерброд с маслом сливочным                         | 35      | ТТК                                                          | 1.44                                       | 2,40  | 8,10  | 13,00      | 142,00                              |
| Чай с сахаром                                        | 200     | 2008                                                         | 430                                        | 0,20  | 0,10  | 15,00      | 60,00                               |
| Мандарин свежий                                      | 100     | 2011                                                         | 338                                        | 0,80  | 0,10  | 7,50       | 38,00                               |
| Печенье в ассортименте                               | 25      | ТТК                                                          | 12.2                                       | 3,00  | 2,50  | 11,20      | 69,00                               |
| Итого за прием пищи:                                 | 525     |                                                              |                                            | 15,71 | 19,20 | 73,71      | 514,40                              |
| Обед                                                 |         |                                                              |                                            |       |       |            |                                     |
| Огурец солёный порционно                             | 60      | ТТК                                                          | 1.1                                        | 0,48  | 0,06  | 1,20       | 6,60                                |
| Щи по-уральски с крупой и курицей, со сметаной       | 200/5/5 | 2012                                                         | 72                                         | 3,07  | 4,97  | 14,70      | 82,60                               |
| Гуляш                                                | 100     | ТТК                                                          | 9.38                                       | 11,24 | 12,30 | 8,40       | 214,20                              |
| Каша гречневая рассыпчатая "по-домашнему"            | 150     | ТТК                                                          | 4.7                                        | 3,60  | 4,60  | 10,40      | 97,40                               |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами    | 40      | ТТК                                                          | 15.2                                       | 3,20  | 1,70  | 20,40      | 92,00                               |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами          | 50      | ТТК                                                          | 15.1                                       | 4,00  | 2,32  | 25,98      | 136,00                              |
| Сок фруктовый (яблочный)                             | 200     | 2008                                                         | 442                                        | 1,00  | 0,20  | 19,80      | 86,00                               |
| Итого за прием пищи:                                 | 810     |                                                              |                                            | 26,59 | 26,15 | 100,88     | 714,80                              |
| Всего за день:                                       |         |                                                              |                                            | 42,30 | 45,35 | 174,59     | 1229,20                             |

Утверждаю  
Генеральный директор  
АО "Комбинат социального питания Парголово"



Камедин А.В.

"01" сентября 2025 г

Согласовано

Директор ГБОУ № 253  
Приморского района



"01" сентября 2025 г

# Ежедневное меню учащихся 7-11

30 сентября

2025 г

| Наименование                                                | Выход,  | Технологическая и нормативная документация /сборник рецептов | № рецептуры или технологической карты | Белки | Жиры  | Угле-воды, | Энергетическая ценность, ккал. |
|-------------------------------------------------------------|---------|--------------------------------------------------------------|---------------------------------------|-------|-------|------------|--------------------------------|
|                                                             | г       |                                                              |                                       | Всего | Всего | Всего      |                                |
|                                                             |         |                                                              |                                       | г     | г     | г          |                                |
| 2 день                                                      |         |                                                              |                                       |       |       |            |                                |
| Завтрак                                                     |         |                                                              |                                       |       |       |            |                                |
| Чизкейк, запечённый по-школьному с повидлом                 | 130/25  | ТТК                                                          | 7.4                                   | 12,52 | 13,87 | 29,80      | 331,60                         |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами                 | 25      | ТТК                                                          | 15.3                                  | 2,00  | 1,16  | 12,99      | 68,00                          |
| Чай с лимоном                                               | 200     | 2008                                                         | 431                                   | 0,29  | 0,10  | 14,69      | 59,90                          |
| Вафли                                                       | 20      | ТТК                                                          | 12.7                                  | 1,44  | 2,23  | 9,80       | 62,00                          |
| Яблоко свежее                                               | 100     | 2011                                                         | 338                                   | 0,40  | 0,40  | 9,80       | 44,40                          |
| Итого за прием пищи                                         | 500     |                                                              |                                       | 16,65 | 17,76 | 77,08      | 565,90                         |
| Обед                                                        |         |                                                              |                                       |       |       |            |                                |
| Салат из свежей капусты с огурцом                           | 60      | ТТК                                                          | 1.2                                   | 0,61  | 3,20  | 2,62       | 53,10                          |
| Борщ с капустой и картофелем, отварной говядиной и сметаной | 200/5/5 | 2008                                                         | 76                                    | 3,46  | 4,63  | 9,71       | 93,30                          |
| Шницель рубленый мясной                                     | 90      | ТТК                                                          | 9.1                                   | 7,40  | 10,50 | 3,64       | 133,18                         |
| Макаронные изделия отварные                                 | 150     | 2008                                                         | 331                                   | 5,50  | 4,80  | 31,30      | 191,00                         |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами           | 40      | ТТК                                                          | 15.2                                  | 3,20  | 1,70  | 20,40      | 92,00                          |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами                 | 50      | ТТК                                                          | 15.1                                  | 4,00  | 2,32  | 25,98      | 136,00                         |
| Компот из смеси сухофруктов                                 | 200     | ТТК                                                          | 13.4                                  | 0,60  | 0,10  | 23,50      | 97,20                          |
| Итого за прием пищи                                         | 800     |                                                              |                                       | 24,77 | 27,25 | 117,15     | 795,78                         |
| Всего за день:                                              |         |                                                              |                                       | 41,42 | 45,01 | 194,23     | 1361,68                        |



Утверждаю

Генеральный директор

АО "Комбинат социального питания Парголово"

"01" сентября 2025 г

Камедин А.В.

Согласовано

Директор ГБОУ № 253

Приморского района

"01" сентября 2025 г

Ежедневное меню учащихся 7-11

01 октября

2025 г

| Наименование                                      | Выход, | Технологическая и нормативная документация /сборник рецептов | № рецептуры или технологической карты | Белки | Жиры  | Угле-воды, | Энергетическая ценность, ккал. |
|---------------------------------------------------|--------|--------------------------------------------------------------|---------------------------------------|-------|-------|------------|--------------------------------|
|                                                   | г      |                                                              |                                       | Всего | Всего | Всего      |                                |
|                                                   |        |                                                              |                                       | г     | г     | г          |                                |
| 3 день                                            |        |                                                              |                                       |       |       |            |                                |
| Завтрак                                           |        |                                                              |                                       |       |       |            |                                |
| Каша пшеничная вязкая с тыквой                    | 150    | 2024                                                         | 197                                   | 5,00  | 6,20  | 25,94      | 175,37                         |
| Бутерброд с сыром                                 | 40     | ТТК                                                          | 1.43                                  | 4,31  | 4,29  | 13,56      | 105,87                         |
| Чай с сахаром                                     | 200    | 2008                                                         | 430                                   | 0,20  | 0,10  | 15,00      | 60,00                          |
| Груша свежая                                      | 100    | 2011                                                         | 338                                   | 0,40  | 0,30  | 10,30      | 47,00                          |
| Молоко м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке      | 200    | ТТК                                                          | 16.3                                  | 5,92  | 5,08  | 9,38       | 107,56                         |
| Итого за прием пищи:                              | 690    |                                                              |                                       | 15,83 | 15,97 | 74,18      | 495,80                         |
| Обед                                              |        |                                                              |                                       |       |       |            |                                |
| Салат из квашеной капусты                         | 60     | 2008                                                         | 40                                    | 0,96  | 3,06  | 4,62       | 49,80                          |
| Суп картофельный с горохом и гречками             | 200/5  | 2012                                                         | 81/116                                | 5,27  | 3,74  | 15,10      | 114,02                         |
| Котлета рубленая из филе куриного                 | 90     | ТТК                                                          | 10.21                                 | 9,84  | 5,60  | 8,95       | 144,73                         |
| Ризотто (рис с овощами)                           | 150    | ТТК                                                          | 4.2                                   | 2,90  | 7,43  | 17,06      | 146,70                         |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 40     | ТТК                                                          | 15.2                                  | 3,20  | 1,70  | 20,40      | 92,00                          |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами       | 50     | ТТК                                                          | 15.1                                  | 4,00  | 2,32  | 25,98      | 136,00                         |
| Компот из свежих яблок                            | 200    | ТТК                                                          | 13.1                                  | 0,20  | 0,20  | 20,10      | 87,80                          |
| Итого за прием пищи:                              | 795    |                                                              |                                       | 26,37 | 24,05 | 112,21     | 771,05                         |
| Всего за день:                                    |        |                                                              |                                       | 42,20 | 40,02 | 186,39     | 1266,85                        |

Утверждаю  
Генеральный директор  
АО "Комбинат социального питания Парголово"

Согласовано

Директор ГБОУ № 253  
Приморского района

Камедин А.В.

"01" сентября 2025 г

"01" сентября 2025 г

Ежедневное меню учащихся 7-11  
от октября 2025 г

| Наименование                                             | Выход, | Технологическая и нормативная документация /сборник рецептов | № рецептуры или технологической карты | Белки | Жиры  | Угле-воды, | Энергетическая ценность, ккал. |
|----------------------------------------------------------|--------|--------------------------------------------------------------|---------------------------------------|-------|-------|------------|--------------------------------|
|                                                          | г      |                                                              |                                       | Всего | Всего | Всего      |                                |
|                                                          |        |                                                              |                                       | г     | г     | г          |                                |
| 4 день                                                   |        |                                                              |                                       |       |       |            |                                |
| Завтрак                                                  |        |                                                              |                                       |       |       |            |                                |
| Каша из пшена и риса молочная жидкая ("Дружба")          | 150    | ТТК                                                          | 4.11                                  | 9,07  | 7,92  | 26,30      | 174,30                         |
| Бутерброд с маслом сливочным                             | 25     | ТТК                                                          | 1.45                                  | 2,00  | 7,64  | 12,82      | 138,70                         |
| Чай с лимоном                                            | 200    | 2008                                                         | 431                                   | 0,29  | 0,10  | 14,69      | 59,90                          |
| Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5%                            | 150    | ТТК                                                          | 16.1                                  | 4,10  | 2,50  | 4,90       | 87,00                          |
| Яблоко свежее                                            | 100    | 2011                                                         | 338                                   | 0,40  | 0,40  | 9,80       | 44,40                          |
| Итого за прием пищи                                      | 625    |                                                              |                                       | 15,86 | 18,56 | 68,51      | 504,30                         |
| Обед                                                     |        |                                                              |                                       |       |       |            |                                |
| Салат из свеклы с яйцом                                  | 60/20  | 2011                                                         | 52/209                                | 2,95  | 7,00  | 3,60       | 100,00                         |
| Суп с макаронными изделиями, картофелем и курой отварной | 200/5  | 2012                                                         | 82                                    | 4,07  | 2,24  | 15,74      | 94,60                          |
| Тефтели рыбные в соусе кисло-сладком с овощами           | 90/30  | ТТК                                                          | 8.7                                   | 8,17  | 6,85  | 9,44       | 151,76                         |
| Картофель отварной                                       | 150    | 2008                                                         | 333                                   | 2,90  | 4,70  | 23,50      | 148,00                         |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами        | 40     | ТТК                                                          | 15.2                                  | 3,20  | 1,70  | 20,40      | 92,00                          |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами              | 50     | ТТК                                                          | 15.1                                  | 4,00  | 2,32  | 25,98      | 136,00                         |
| Сок фруктовый (персиковый)                               | 200    | ТТК                                                          | 13.14                                 | 1,00  | 0,20  | 15,00      | 76,00                          |
| Итого за прием пищи:                                     | 845    |                                                              |                                       | 26,29 | 25,01 | 113,66     | 798,36                         |
| Всего за день:                                           |        |                                                              |                                       | 42,15 | 43,57 | 182,17     | 1302,66                        |

Утверждаю  
Генеральный директор  
АО "Комбинат социального питания Парголово"

  
Камедин А.В.  
"01" сентября 2025 г.

Согласовано  
Директор ГБОУ № 253  
Приморского района

  
"01" сентября 2025 г.

**Ежедневное меню учащихся 7-11**  
*03 октября* 2025 г

| Наименование                                                            | Выход,  | Технологическая и нормативная документация /сборник рецептур | № рецептуры или технологической карты | Белки | Жиры  | Угле-вод<br>ы, | Энергетическая ценность, ккал. |
|-------------------------------------------------------------------------|---------|--------------------------------------------------------------|---------------------------------------|-------|-------|----------------|--------------------------------|
|                                                                         | г       |                                                              |                                       | Всего | Всего | Всего          |                                |
|                                                                         |         |                                                              |                                       | г     | г     | г              |                                |
| 5 день                                                                  |         |                                                              |                                       |       |       |                |                                |
| Завтрак                                                                 |         |                                                              |                                       |       |       |                |                                |
| Макароны отварные с сыром                                               | 160/15  | ТТК                                                          | 5.2                                   | 12,58 | 14,20 | 32,60          | 303,50                         |
| Бутерброд с повидлом                                                    | 45      | ТТК                                                          | 1.3                                   | 2,20  | 1,20  | 16,80          | 86,80                          |
| Какао с молоком                                                         | 200     | 2008                                                         | 433                                   | 2,90  | 2,50  | 24,80          | 134,00                         |
| Апельсин свежий                                                         | 100     | 2011                                                         | 338                                   | 0,90  | 0,20  | 8,10           | 43,00                          |
| Итого за прием п                                                        | 520     |                                                              |                                       | 18,58 | 18,10 | 82,30          | 567,30                         |
| Обед                                                                    |         |                                                              |                                       |       |       |                |                                |
| Винегрет овощной                                                        | 60      | ТТК                                                          | 1.48                                  | 0,84  | 6,06  | 3,96           | 66,40                          |
| Рассольник ленинградский с перловой крупой, отварной курицей и сметаной | 200/5/5 | 2008                                                         | 91                                    | 4,28  | 5,22  | 17,80          | 118,30                         |
| Голубцы ленивые                                                         | 240     | ТТК                                                          | 9.2                                   | 13,74 | 11,53 | 22,40          | 248,30                         |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами                       | 40      | ТТК                                                          | 15.2                                  | 3,20  | 1,70  | 20,40          | 92,00                          |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами                             | 50      | ТТК                                                          | 15.1                                  | 4,00  | 2,32  | 25,98          | 136,00                         |
| Напиток из протёртой брусники                                           | 200     | ТТК                                                          | 13.13                                 | 0,50  | 0,10  | 24,10          | 95,20                          |
| Итого за прием пищи:                                                    | 800     |                                                              |                                       | 26,56 | 26,93 | 114,64         | 756,20                         |
| Всего за день:                                                          |         |                                                              |                                       | 45,14 | 45,03 | 196,94         | 1323,50                        |



Утверждаю  
Генеральный директор  
АО "Комбинат социального питания Парголово"



Камедин А.В.

"01" сентября 2025 г

Согласовано  
Директор ГБОУ № 253  
Приморского района



"01" сентября 2025 г

Ежедневное меню учащихся 7-11

06 октября

2025 г

| Наименование                                      | Выход, | Технологическая и нормативная документация /сборник рецептур | № рецептуры или технологической карты | Белки | Жиры  | Угле-воды, | Энергетическая ценность, ккал. |
|---------------------------------------------------|--------|--------------------------------------------------------------|---------------------------------------|-------|-------|------------|--------------------------------|
|                                                   | г      |                                                              |                                       | Всего | Всего | Всего      |                                |
|                                                   |        |                                                              |                                       | г     | г     | г          |                                |
| 6 день                                            |        |                                                              |                                       |       |       |            |                                |
| Завтрак                                           |        |                                                              |                                       |       |       |            |                                |
| Каша "Янтарная"                                   | 150    | ТТК                                                          | 4.12                                  | 8,96  | 12,37 | 29,04      | 220,70                         |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами       | 25     | ТТК                                                          | 15.3                                  | 2,00  | 1,16  | 12,99      | 68,00                          |
| Чай с сахаром                                     | 200    | 2008                                                         | 430                                   | 0,20  | 0,10  | 15,00      | 60,00                          |
| Мандарин свежий                                   | 100    | 2011                                                         | 338                                   | 0,80  | 0,10  | 7,50       | 38,00                          |
| Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5%                     | 150    | ТТК                                                          | 16.1                                  | 4,10  | 2,50  | 4,90       | 87,00                          |
| Итого за прием пищи:                              | 625    |                                                              |                                       | 16,06 | 16,23 | 69,43      | 473,70                         |
| Обед                                              |        |                                                              |                                       |       |       |            |                                |
| Огурец солёный порционно                          | 60     | ТТК                                                          | 1.1                                   | 0,48  | 0,06  | 1,20       | 6,60                           |
| Бульон куриный с вермишелью и яйцом               | 200/10 | ТТК                                                          | 2.2                                   | 7,80  | 3,10  | 10,10      | 109,20                         |
| Паэлья с курицей                                  | 240    | ТТК                                                          | 10.12                                 | 8,21  | 17,10 | 36,10      | 345,40                         |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 40     | ТТК                                                          | 15.2                                  | 3,20  | 1,70  | 20,40      | 92,00                          |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами       | 50     | ТТК                                                          | 15.1                                  | 4,00  | 2,32  | 25,98      | 136,00                         |
| Сок фруктовый (яблочный)                          | 200    | 2008                                                         | 442                                   | 1,00  | 0,20  | 19,80      | 86,00                          |
| Итого за прием пищи:                              | 800    |                                                              |                                       | 24,69 | 24,48 | 113,58     | 775,20                         |
| Всего за день:                                    |        |                                                              |                                       | 40,75 | 40,71 | 183,01     | 1248,90                        |

Утверждаю  
Генеральный директор  
АО "Комбинат социального питания Парголово"

"01" сентября 2025 г

Камедин А.В.

Согласовано  
Директор ГБОУ № 253  
Приморского района

"01" сентября 2025 г

# Ежедневное меню учащихся 7-11

07 октября

2025 г

| Наименование                                      | Выход, | Технологическая и нормативная документация /сборник рецептов | № рецептуры или технологической карты | Белки | Жиры  | Угле-воды, | Энергетическая ценность, ккал. |
|---------------------------------------------------|--------|--------------------------------------------------------------|---------------------------------------|-------|-------|------------|--------------------------------|
|                                                   | г      |                                                              |                                       | Всего | Всего | Всего      |                                |
|                                                   |        |                                                              |                                       | г     | г     | г          |                                |
| 7 день                                            |        |                                                              |                                       |       |       |            |                                |
| Завтрак                                           |        |                                                              |                                       |       |       |            |                                |
| Макароны отварные с сыром                         | 140/15 | ТТК                                                          | 5.2                                   | 8,21  | 10,36 | 29,60      | 244,20                         |
| Бутерброд с повидлом                              | 45     | ТТК                                                          | 1.3                                   | 2,20  | 1,20  | 16,80      | 86,80                          |
| Чай с сахаром                                     | 200    | 2008                                                         | 431                                   | 0,20  | 0,10  | 15,00      | 60,00                          |
| Молоко м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке      | 200    | ТТК                                                          | 16.3                                  | 5,92  | 5,08  | 9,38       | 107,56                         |
| Итого за прием пищи:                              | 600    |                                                              |                                       | 16,53 | 16,74 | 70,78      | 498,56                         |
| Обед                                              |        |                                                              |                                       |       |       |            |                                |
| Салат витаминный                                  | 60     | ТТК                                                          | 1.46                                  | 0,71  | 3,20  | 4,60       | 52,20                          |
| Суп рыбный с картофелем и перловой крупой         | 200/10 | 2008                                                         | 98\228                                | 4,78  | 2,27  | 15,68      | 103,00                         |
| Тефтели мясные в соусе сметанном с томатом        | 90/30  | ТТК                                                          | 9.5                                   | 7,10  | 10,21 | 9,46       | 180,00                         |
| Каша гречневая рассыпчатая "по-домашнему"         | 150    | ТТК                                                          | 4.7                                   | 3,60  | 4,60  | 10,40      | 97,40                          |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 40     | ТТК                                                          | 15.2                                  | 3,20  | 1,70  | 20,40      | 92,00                          |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами       | 50     | ТТК                                                          | 15.1                                  | 4,00  | 2,32  | 25,98      | 136,00                         |
| Яблоко свежее                                     | 100    | 2011                                                         | 338                                   | 0,40  | 0,40  | 9,80       | 44,40                          |
| Напиток из шиповника                              | 200    | ТТК                                                          | 13.1                                  | 0,20  | 0,20  | 20,10      | 87,80                          |
| Итого за прием пищи:                              | 930    |                                                              |                                       | 23,99 | 24,90 | 116,42     | 792,80                         |
| Всего за день:                                    |        |                                                              |                                       | 40,52 | 41,64 | 187,20     | 1291,36                        |

Утверждаю  
Генеральный директор  
АО "Комбинат социального питания Парголово"



Камедин А.В.

"01" сентября 2025 г

Согласовано  
Директор ГБОУ № 253  
Приморского района



Ежедневное меню учащихся 7-11

08 октября 2025 г

| Наименование                                      | Выход,  | Технологическая и нормативная документация /сборник рецептур | № рецептуры или технологической карты | Белки | Жиры  | Угле-воды, | Энергетическая ценность, ккал. |
|---------------------------------------------------|---------|--------------------------------------------------------------|---------------------------------------|-------|-------|------------|--------------------------------|
|                                                   | г       |                                                              |                                       | Всего | Всего | 7          |                                |
|                                                   |         |                                                              |                                       | г     | г     | г          |                                |
| 8 день                                            |         |                                                              |                                       |       |       |            |                                |
| Завтрак                                           |         |                                                              |                                       |       |       |            |                                |
| Плов фруктовый                                    | 150     | ТТК                                                          | 4.10                                  | 10,31 | 9,12  | 35,10      | 279,40                         |
| Бутерброд с яйцом                                 | 50      | ТТК                                                          | 1.41                                  | 5,10  | 7,15  | 10,65      | 122,80                         |
| Какао с молоком                                   | 200     | 2008                                                         | 433                                   | 2,90  | 2,50  | 24,80      | 134,00                         |
| Груша свежая                                      | 100     | 2011                                                         | 338                                   | 0,40  | 0,30  | 10,30      | 47,00                          |
| Итого за прием пищи:                              | 500     |                                                              |                                       | 18,71 | 19,07 | 80,85      | 583,20                         |
| Обед                                              |         |                                                              |                                       |       |       |            |                                |
| Салат из свёклы отварной с подсолнечным маслом    | 60      | 2011                                                         | 52                                    | 1,70  | 3,84  | 2,60       | 54,40                          |
| Суп из овощей с курицей отварной и сметаной       | 200/5/5 | 2012                                                         | 64                                    | 2,55  | 4,11  | 9,04       | 80,80                          |
| Печень по-строгановски                            | 100     | ТТК                                                          | 9.4                                   | 8,91  | 10,11 | 5,30       | 161,92                         |
| Булгур с овощами                                  | 150     | 2024                                                         | 192 н                                 | 5,10  | 2,70  | 33,70      | 179,00                         |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 40      | ТТК                                                          | 15.2                                  | 3,20  | 1,70  | 20,40      | 92,00                          |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами       | 50      | ТТК                                                          | 15.1                                  | 4,00  | 2,32  | 25,98      | 136,00                         |
| Компот из свежих яблок                            | 200     | ТТК                                                          | 13.1                                  | 0,20  | 0,20  | 20,10      | 87,80                          |
| Итого за прием пищи:                              | 810     |                                                              |                                       | 25,66 | 24,98 | 117,12     | 791,92                         |
| Всего за день:                                    |         |                                                              |                                       | 44,37 | 44,05 | 197,97     | 1375,12                        |



Утверждаю

Генеральный директор

АО "Комбинат социального питания Парголово"



Камедин А.В.

"01" сентября 2025 г

Согласовано

Директор ГБОУ № 253

Приморского района



"01" сентября 2025 г

Ежедневное меню учащихся 7-11

09 октября

2025 г

| Наименование                                                    | Выход,  | Технологическая и нормативная документация /сборник рецептур | № рецептуры или технологической карты | Белки | Жиры  | Угле-вод<br>ы, | Энергетическая<br>цен-ност<br>ь, ккал. |
|-----------------------------------------------------------------|---------|--------------------------------------------------------------|---------------------------------------|-------|-------|----------------|----------------------------------------|
|                                                                 | г       |                                                              |                                       | Всего | Всего | Всего          |                                        |
|                                                                 |         |                                                              |                                       | г     | г     | г              |                                        |
| 9 день                                                          |         |                                                              |                                       |       |       |                |                                        |
| Завтрак                                                         |         |                                                              |                                       |       |       |                |                                        |
| Запеканка творожная "Зебра" со сгущённым молоком                | 150/25  | ТТК                                                          | 7.2                                   | 14,60 | 14,28 | 29,77          | 305,78                                 |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами                     | 25      | ТТК                                                          | 15.3                                  | 2,00  | 1,16  | 12,99          | 68,00                                  |
| Чай с лимоном                                                   | 200     | 2008                                                         | 430                                   | 0,29  | 0,10  | 14,69          | 59,90                                  |
| Яблоко свежее                                                   | 100     | 2011                                                         | 338                                   | 0,40  | 0,40  | 9,80           | 44,40                                  |
| Итого за прием пищи:                                            | 500     |                                                              |                                       | 17,29 | 15,94 | 67,25          | 478,08                                 |
| Обед                                                            |         |                                                              |                                       |       |       |                |                                        |
| Салат "Мозайка"                                                 | 60      | ТТК                                                          | 1.33                                  | 3,30  | 3,60  | 4,20           | 72,40                                  |
| Борщ из свежей капусты, с картофелем, курой отварной и сметаной | 200/5/5 | 2008                                                         | 76                                    | 3,27  | 4,80  | 11,20          | 94,00                                  |
| Паста Болоньезе "по-школьному"                                  | 240     | ТТК                                                          | 9.33                                  | 9,40  | 12,72 | 35,20          | 237,10                                 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами               | 40      | ТТК                                                          | 15.2                                  | 3,20  | 1,70  | 20,40          | 92,00                                  |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами                     | 50      | ТТК                                                          | 15.1                                  | 4,00  | 2,32  | 25,98          | 136,00                                 |
| Сок фруктовый (персиковый)                                      | 200     | ТТК                                                          | 13.14                                 | 1,00  | 0,20  | 15,00          | 76,00                                  |
| Итого за прием пищи:                                            | 800     |                                                              |                                       | 24,17 | 25,34 | 111,98         | 707,50                                 |
| Всего за день:                                                  |         |                                                              |                                       | 41,46 | 41,28 | 179,23         | 1185,58                                |

Утверждаю

Генеральный директор

АО "Комбинат социального питания Парголово"



Камедин А.В.

"01" сентября 2025 г

Согласовано

Директор ГБОУ № 253  
Приморского района



"01" сентября 2025 г

Ежедневное меню учащихся 7-11

10 октября

2025 г

| Наименование                                      | Выход, | Технологическая и нормативная документация /сборник рецептур | № рецептуры или технологической карты | Белки | Жиры  | Угле-воды, | Энергетическая ценность, ккал. |
|---------------------------------------------------|--------|--------------------------------------------------------------|---------------------------------------|-------|-------|------------|--------------------------------|
|                                                   | г      |                                                              |                                       | Всего | Всего | Всего      |                                |
|                                                   |        |                                                              |                                       | г     | г     | г          |                                |
| 10 день                                           |        |                                                              |                                       |       |       |            |                                |
| Завтрак                                           |        |                                                              |                                       |       |       |            |                                |
| Омлет натуральный                                 | 150    | ТТК                                                          | 6.3                                   | 14,50 | 14,27 | 8,89       | 262,43                         |
| Бутерброд с сыром и огурцом                       | 40     | ТТК                                                          | 1.39                                  | 3,01  | 4,29  | 13,56      | 105,87                         |
| Чай с сахаром                                     | 200    | 2008                                                         | 430                                   | 0,20  | 0,10  | 15,00      | 60,00                          |
| Зефир витаминизированный                          | 35     | ТТК                                                          | 12.1                                  | 0,63  | 0,10  | 28,20      | 101,60                         |
| Апельсин свежий                                   | 100    | 2011                                                         | 338                                   | 0,90  | 0,20  | 8,10       | 43,00                          |
| Итого за прием пищи:                              | 525    |                                                              |                                       | 19,24 | 18,96 | 73,75      | 572,90                         |
| Обед                                              |        |                                                              |                                       |       |       |            |                                |
| Салат из квашеной капусты                         | 60     | 2008                                                         | 40                                    | 0,96  | 3,06  | 4,62       | 49,80                          |
| Суп картофельный с горохом и гречками             | 200/5  | 2012                                                         | 81/116                                | 5,27  | 3,74  | 15,10      | 114,02                         |
| Жаркое по-домашнему со свининой                   | 240    | ТТК                                                          | 9.6                                   | 12,50 | 14,94 | 23,20      | 277,37                         |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 40     | ТТК                                                          | 15.2                                  | 3,20  | 1,70  | 20,40      | 92,00                          |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами       | 50     | ТТК                                                          | 15.1                                  | 4,00  | 2,32  | 25,98      | 136,00                         |
| Компот из смеси сухофруктов                       | 200    | ТТК                                                          | 13.4                                  | 0,60  | 0,10  | 23,50      | 97,20                          |
| Итого за прием пищи:                              | 795    |                                                              |                                       | 26,53 | 25,86 | 112,80     | 766,39                         |
| Всего за день:                                    |        |                                                              |                                       | 45,77 | 44,82 | 186,55     | 1339,29                        |