

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 12-18

29 сентября

2025 г

Наименование	Выход,	Технологическая и нормативная документация / сборник рецептур /	№ рецептуры или технологической карты	Белки	Жиры	Угле-вод ы,	Энергетическая ценность, ккал.
	г						
				Всего	Всего	Всего	
				г	г	г	
1 день							
Комплексный обед							
Огурец соленый порционно	100	2011	71,00	0,80	0,10	1,70	12,00
Щи по-уральски с крупой и курицей, со сметаной	250/15/10	2012	72	3,00	4,53	13,20	147,10
Гуляш	100	ТТК	9.38	11,24	12,30	8,40	214,20
Каша гречневая рассыпчатая "по-домашнему"	200	ТТК	4.18	4,80	6,13	13,86	129,86
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	50	ТТК	15.1	4,00	2,32	25,98	136,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	60	ТТК	15.4	4,80	2,55	30,60	138,00
Сок фруктовый (яблочный)	200	2008	442	1,00	0,20	19,80	86,00
Мандарин свежий	100	2011	338	0,80	0,10	7,50	38,00
Молоко м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке	200	ТТК	16.3	5,92	5,08	9,38	107,56
Плюшка "Московская"	100	ТТК	14.1	8,62	14,40	61,65	329,80
Итого за прием пищи:	1385			44,98	47,71	192,07	1338,52
Всего за день:				44,98	47,71	192,07	1338,52

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 12-18

30 сентября

2025 г

Наименование	Выход,	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептов	№ рецептуры или технологической карты	Белки	Жиры	Угле-вод ы,	Энер-гетическая цен-ност ь, ккал.
	г						
				Всего	Всего	Всего	
				г	г	г	
2 день							
Комплексный обед							
Салат из свежей капусты с огурцом	100	ТТК	1.6	1,02	5,30	4,36	88,50
Борщ с капустой и картофелем, отварной	250/10/10	2008	76	5,32	7,10	14,40	159,70
Шницель рубленый мясной	100	ТТК	9.7	8,22	11,66	4,04	147,90
Макаронные изделия отварные	200	2008	331	6,50	6,40	39,50	254,40
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	50	ТТК	15.1	4,00	2,32	25,98	136,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый	60	ТТК	15.4	4,80	2,55	30,60	138,00
Компот из смеси сухофруктов	200	ТТК	13.4	0,60	0,10	23,50	97,20
Яблоко свежее	100	2011	338	0,40	0,40	9,80	44,40
Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке	100	ТТК	16.1	4,10	2,50	4,90	87,00
Итого за прием пищи:	1180			34,96	38,33	157,08	1153,10
Всего за день:				34,96	38,33	157,08	1153,10

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 12-18

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							
Комплексный обед							
Салат из квашеной капусты	100	2008	40	1,60	5,10	7,70	83,00
Суп картофельный с горохом и гречками	250/10	2012	81/116	6,20	4,40	20,75	147,40
Котлета рубленая из филе куриного	100	ТТК	10.22	10,93	6,22	9,94	160,83
Ризотто (рис с овощами)	200	ТТК	4.19	3,86	9,90	22,74	195,60
Батон нарезной обогащённый	50	ТТК	15.1	4,00	2,32	25,98	136,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый	60	ТТК	15.4	4,80	2,55	30,60	138,00
Компот из свежих яблок	200	ТТК	13.1	0,20	0,20	20,10	87,80
Молоко м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке	200	ТТК	16.3	5,92	5,08	9,38	107,56
Груша свежая	100	2011	338	0,40	0,30	10,30	47,00
Булочка "домашняя"	100	ТТК	14.2	7,20	10,80	49,80	300,60
Итого за прием пищи:	1370			45,11	46,87	207,29	1403,79
Всего за день:				45,11	46,87	207,29	1403,79

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 12-18

02 октября

2025 г

Наименование	Выход,	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептов /	№ рецептуры или технологической карты	Белки	Жиры	Угле-вод ы,	Энергетическая цен-ност ь, ккал.
	г						
				Всего	Всего	Всего	
	г			г	г		
4 день							
Комплексный обед							
Салат из свеклы с яйцом	80/20	2011	52/209	3,55	8,75	4,50	125,00
Суп с макаронными изделиями, картофелем и	250/10	2012	82	4,40	2,90	16,15	125,70
Тефтели рыбные в соусе кисло-сладком с овощами	100/20	ТТК	8.8	9,12	7,54	9,78	143,50
Картофель отварной	200	2008	333	3,83	7,06	27,10	187,10
Батон нарезной обогащённый	50	ТТК	15.1	4,00	2,32	25,98	136,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый	60	ТТК	15.4	4,80	2,55	30,60	138,00
Сок фруктовый	200	ТТК	13.14	1,00	0,20	15,00	76,00
Яблоко свежее	100	2011	338	0,40	0,40	9,80	44,40
Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5% в индивидуальной	100	ТТК	16.1	4,10	2,50	4,90	87,00
Плюшка "Московская"	100	ТТК	14.1	8,62	14,40	61,65	329,80
Итого за прием пищи:	1290			43,82	48,62	205,46	1392,50
Всего за день:				43,82	48,62	205,46	1392,50

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 12-18

03 октября

2025 г

Наименование	Выход,	Технологическая и нормативная документация / сборник рецептов /	№ рецептур ы или технологическо й карты	Белки	Жиры	Угле-вод ы,	Энер-гет и-ческая цен-ност ь, ккал.
	г						
				Всего	Всего	Всего	
				г	г	г	
5 день							
Комплексный обед							
Винегрет овощной	100	ТТК	1.49	1,40	8,20	6,66	110,66
Рассольник ленинградский с	250/10/5	2008	91	4,70	7,00	28,30	170,80
Голубцы ленивые	300	ТТК	9.17	17,14	14,40	27,96	310,37
Батон нарезной обогащённый	50	ТТК	15.1	4,00	2,32	25,98	136,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый	60	ТТК	15.4	4,80	2,55	30,60	138,00
Напиток из протёртой	200	ТТК	13.13	0,50	0,10	24,10	95,20
Апельсин свежий	100	2011	338	0,90	0,20	8,10	43,00
Молоко м.д.ж. 2,5% в индивидуальной	200	ТТК	16.3	5,92	5,08	9,38	107,56
Сдоба обыкновенная	75	ТТК	14.3	5,70	14,90	37,20	246,00
Всего за прием пищи:	1350			45,06	54,75	198,28	1357,59
Всего за день:				45,06	54,75	198,28	1357,59

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 12-18

06 октября

2025 г

Наименование	Выход,	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептов	№ рецептуры или технологической карты	Белки	Жиры	Угле-вод ы,	Энергетическая цен-ност ь, ккал.
	г						
				Всего	Всего	Всего	
				г	г	г	
7 день							
Комплексный обед							
Огурец солёный порционно	100	ТТК	1.5	0,80	0,10	2,00	11,00
Бульон куриный с вермишелью и яйцом	250/10	ТТК	2.4	9,75	3,87	12,62	136,50
Паэлья с курицей	300	ТТК	10.23	10,25	21,37	45,11	431,67
Батон нарезной обогащённый	50	ТТК	15.1	4,00	2,32	25,98	136,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый	60	ТТК	15.4	4,80	2,55	30,60	138,00
Сок фруктовый	200	2008	442	1,00	0,20	19,80	86,00
Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5% в	100	ТТК	16.1	4,10	2,50	4,90	87,00
Мандарин свежий	100	2011	338	0,80	0,10	7,50	38,00
Сдоба обыкновенная	75	ТТК	14.3	5,70	14,90	37,20	246,00
Итого за прием пищи:	1245			41,20	47,91	185,71	1310,17
Всего за день:				41,20	47,91	185,71	1310,17

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 12-18

07 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		
8 день							
Комплексный обед							
Салат витаминный	100	ТТК	1.47	1,20	5,33	7,66	87,00
Суп рыбный с картофелем и перловой крупой	250/20	2008	98/228	7,12	2,88	19,60	132,40
Тефтели мясные в соусе сметанном с томатом	100/20	ТТК	9.15	7,91	10,65	10,67	170,08
Каша гречневая рассыпчатая "по-домашнему"	200	ТТК	4.18	4,80	6,13	13,86	129,86
Батон нарезной обогащённый	50	ТТК	15.1	4,00	2,32	25,98	136,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый	60	ТТК	15.4	4,80	2,55	30,60	138,00
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
Молоко м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке	200	ТТК	16.3	5,92	5,08	9,38	107,56
Булочка "домашняя"	100	ТТК	14.2	7,20	10,80	49,80	300,60
Итого за прием пищи:	1400			43,55	46,34	197,45	1333,70
Всего за день:				43,55	46,34	197,45	1333,70

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 12-18

08 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		
9 день							
Комплексный обед							
Салат из свёклы отварной с подсолнечным маслом	100	2011	52	2,80	6,40	4,33	90,66
Суп из овощей с курицей отварной и сметаной	250/15/10	2012	64	5,10	6,00	10,90	112,10
Печень по-строгановски	120	ТТК	9.40	10,70	12,13	6,36	194,30
Булгур с овощами	200	2024	192 н	6,80	3,60	42,70	238,66
Батон нарезной обогащённый	50	ТТК	15.1	4,00	2,32	25,98	136,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый	60	ТТК	15.4	4,80	2,55	30,60	138,00
Компот из свежих яблок	200	ТТК	13.1	0,20	0,20	20,10	87,80
Груша свежая	100	2011	338	0,40	0,30	10,30	47,00
Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5% в индивидуальной	100	ТТК	16.1	4,10	2,50	4,90	87,00
Пряник	60	ТТК	12.3	3,60	1,80	46,80	201,60
Итого за прием пищи:	1265			42,50	37,80	202,97	1333,12
Всего за день:				42,50	37,80	202,97	1333,12

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 12-18

09 октября 2025 г

Наименование	Выход,	Технологическая и нормативная документация / сборник рецептур	№ рецептуры или технологической карты	Белки	Жиры	Угле-вод	Энергетическая ценность, ккал.
	г					ы,	
				Всего	Всего	Всего	
	г			г	г	г	
10 день							
Комплексный обед							
Салат "Мозайка"	100	ТТК	1.42	5,50	6,00	7,00	120,66
Борщ с капустой, картофелем, курой отварной	250/15/10	2008	76	9,85	7,20	15,06	178,80
Паста Болоньезе "по-школьному"	300	ТТК	9.41	11,31	15,15	41,85	296,35
Батон нарезной обогащённый	50	ТТК	15.1	4,00	2,32	25,98	136,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый	60	ТТК	15.4	4,80	2,55	30,60	138,00
Сок фруктовый (персиковый)	200	ТТК	13.14	1,00	0,20	15,00	76,00
Яблоко свежее	100	2011	338	0,40	0,40	9,80	44,40
Молоко м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке	200	ТТК	16.3	5,92	5,08	9,38	107,56
Сдоба обыкновенная	75	ТТК	14.3	5,70	14,90	37,20	246,00
Итого за прием пищи:	1360			48,48	53,80	191,87	1343,77
Всего за день:				48,48	53,80	191,87	1343,77

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 12-18

10 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	
11 день							
Комплексный обед							
Салат из квашеной капусты	100	2008	40	1,60	5,10	7,70	83,00
Суп картофельный с горохом и гречками	250/10	2012	81/116	6,20	4,40	20,75	147,40
Жаркое по-домашнему со свининой	300	ТТК	9.16	15,62	18,67	29,00	346,71
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	50	ТТК	15.1	4,00	2,32	25,98	136,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый	60	ТТК	15.4	4,80	2,55	30,60	138,00
Компот из смеси сухофруктов	200	ТТК	13.4	0,60	0,10	23,50	97,20
Апельсин свежий	100	2011	338	0,90	0,20	8,10	43,00
Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5% в индивидуальной	100	ТТК	16.1	4,10	2,50	4,90	87,00
Зефир витаминизированный	35	ТТК	12.1	0,63	0,10	28,20	101,60
Итого за прием пищи:	1205			38,45	35,94	178,73	1179,91
Всего за день:				38,45	35,94	178,73	1179,91