Утверждаю

Генеральный директор АО "Комбинат социального питания Парголово"

Камедин А.В. _____

"17" 08 2026 г.

Согласовано

Директор

ГБОУ школа № 199 Приморского района

_____/Протасова О.В.

"18" 08 2026г.

Ежедневное меню комплексного обеда учащихся 5-8 кадетских классов

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 35597A42FF7A95F5BDF16A96994C4E36
Владелец: Протасова Ольга Валерьевна
Действителен: с 13.08.2026 до 06.11.2027

05. 11 2026 г

10 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 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	8,67	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
Яблоко свежее	250	2008	9.1	1,00	1,00	24,50	111,00
Зефир витаминизированный	35	2021	582/1	0,63	0,10	23,20	101,60
Итого за прием пищи:	**1165**			**49,97**	**44,85**	**182,08**	**1161,76**
Всего за день:				**49,97**	**44,85**	**182,08**	**1161,76**

Заведующий производством _____

Утверждаю

Генеральный директор АО "Комбинат социального питания Парголово"

Камедин А.В. _____

"17" 08 2026 г.

Согласовано

Директор

ГБОУ школа № 199 Приморского района

_____/Протасова О.В.

"18" 08 2026г.

Ежедневное меню комплексного обеда учащихся 5-8 кадетских классов

06.11 202 6 г

11 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
Суп картофельный с горохом и гренками	200/10	2024	104	5,27	3,74	15,10	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
Апельсин свежий	250	2008	9.6	2,25	0,50	20,25	107,50
Вафли	20	2021	580	1,44	2,8	9,80	62,00
Итого за прием пищи:	**1170**			**46,10**	**44,54**	**174,12**	**1150,22**
Всего за день:				**46,10**	**44,54**	**174,12**	**1150,22**

Заведующий производством _____

Утверждаю

Генеральный директор АО "Комбинат социального питания Парголово"

Камедин А.В. _____

"17" 08 2026 г.

Согласовано

Директор

ГБОУ школа № 199 Приморского района

_____/Протасова О.В.

"18" 08 2026г.

Ежедневное меню комплексного обеда учащихся 5-8 кадетских классов

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	12,5	9,60	68,75
Суп рыбный с картофелем и рисовой крупой	200/10	2024	103	7,71	4,87	16,44	151,80
Паста Болоньезе "По-школьному"	280	2022	404	26,40	24,03	74,20	523,83
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	0,2	9,80	45,00
Мандарин свежий	250	2008	9.8	2	0,25	18,75	95,00
Вафли	20	2021	580	1,44	2,8	9,80	62,00
Итого за прием пищи:	**1150**			**45,50**	**46,62**	**180,31**	**1156,08**
Всего за день:				**45,50**	**46,62**	**180,31**	**1156,08**

Заведующий производством _____

Утверждаю

Генеральный директор АО "Комбинат социального питания Парголово"

Камедин А.В. _____

"17" 08 2026 г.

Согласовано

Директор

ГБОУ школа № 199 Приморского района

_____ /Протасова О.В.

"18" 08 2026г.

Ежедневное меню комплексного обеда учащихся 5-8 кадетских классов

10.11 **202 6 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	200/10	2024	104	5,27	3,74	15,10	114,02
Шницель рубленый мясной	100	2024	286	15,80	18,40	20,78	241,41
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
Яблоко свежее	250	2008	9.1	1,00	1,00	24,50	111,00
Печенье	50	2021	582	6,00	5,00	22,50	138,00
Итого за прием пищи:	**1180**			**45,34**	**43,29**	**180,21**	**1195,53**
Всего за день:				**45,34**	**43,29**	**180,21**	**1195,53**

Заведующий производством _____

Утверждаю

Генеральный директор АО "Комбинат социального питания Парголово"

Камедин А.В. _____

"17" 08 2026 г.

Согласовано

Директор

ГБОУ школа № 199 Приморского района

_____/Протасова О.В.

"18" 08 2026г.

Ежедневное меню комплексного обеда учащихся 5-8 кадетских классов

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	200/10/10	2024	80	8,93	8,43	17,18	186,18
Запеканка из печени с рисом и соусом	100/20	2024	316	16,40	15,60	8,18	161,24
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
Компот из свежих яблок	200	2024	418	0,15	0,14	19,90	82,00
Груша свежая	250	2021	82	1,00	0,75	25,75	117,50
Булочка молочная	75	2024	508	7,00	1,40	39,50	199,00
Итого за прием пищи:	**1235**			**45,03**	**44,43**	**199,29**	**1216,62**
Всего за день:				**45,03**	**44,43**	**199,29**	**1216,62**

Заведующий производством _____

Утверждаю

Генеральный директор АО "Комбинат социального питания Парголово"

Камедин А.В. _____

"17" 08 2026 г.

Согласовано

Директор

ГБОУ школа № 199 Приморского района

_____/Протасова О.В.

"18" 08 2026г.

Ежедневное меню комплексного обеда учащихся 5-8 кадетских классов

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	200/10	2024	105	6,30	6,80	12,10	155,00
Тефтели рыбные в соусе сметанном с томатом	100/20	2024	262	15,90	16,40	19,44	188,14
Пюре картофельное	180	2024	360	7,60	8,80	46,00	184,80
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
Яблоко свежее	250	2008	9.1	1,00	1,00	24,50	111,00
Печенье	50	2021	582	6,00	5,00	22,50	138,00
Итого за прием пищи:	**1200**			**45,29**	**45,05**	**185,56**	**1192,64**
Всего за день:				**45,29**	**45,05**	**185,56**	**1192,64**

Заведующий производством _____

Утверждаю

Генеральный директор АО "Комбинат социального питания Парголово"

Камедин А.В. _____

"17" 08 2026 г.

Согласовано

Директор

ГБОУ школа № 199 Приморского района

_____/Протасова О.В.

"18" 08 2026г.

Ежедневное меню комплексного обеда учащихся 5-8 кадетских классов

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	200/10/10	2024	96	12,50	15,80	20,65	187,70
Паэлья с курицей	280	ТТК (осн. ТК №330,2024)	330/1	22,00	19,10	56,40	422,33
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
Апельсин свежий	250	2008	9.6	2,25	0,50	20,25	107,50
Зефир витаминизированный	35	2021	582/1	0,63	0,10	23,20	101,60
Итого за прием пищи:	**1175**			**45,38**	**43,53**	**177,75**	**1150,83**
Всего за день:				**45,38**	**43,53**	**177,75**	**1150,83**

Заведующий производством _____

Утверждаю

Генеральный директор АО "Комбинат социального питания Парголово"

Камедин А.В. _____

"17" 08 2026 г.

Согласовано

Директор

ГБОУ школа № 199 Приморского района

_____/Протасова О.В.

"18" 08 2026г.

Ежедневное меню комплексного обеда учащихся 5-8 кадетских классов

16.11 2026г

7 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 "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	6,33	10,78	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
Мандарин свежий	250	2008	9.8	2,00	0,25	18,75	95,00
Булочка с изюмом	75	2024	502	6,30	10,80	43,20	274,80
Итого за прием пищи:	**1205**			**46,57**	**46,36**	**193,71**	**1217,08**
Всего за день:				**46,57**	**46,36**	**193,71**	**1217,08**

Заведующий производством _____

Утверждаю

Генеральный директор АО "Комбинат социального питания Парголово"

Камедин А.В. _____

"17" 08 2026 г.

Согласовано

Директор

ГБОУ школа № 199 Приморского района

_____/Протасова О.В.

"18" 08 2026г.

Ежедневное меню комплексного обеда учащихся 5-8 кадетских классов

17.11 2026 г

8 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	12,5	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	9,50	172,00
Пюре картофельное	180	2024	360	7,60	8,80	46,00	184,80
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
Яблоко свежее	250	2008	9.1	1,00	1,00	24,50	111,00
Вафли	20	2021	580	1,44	2,8	9,80	62,00
Итого за прием пищи:	**1180**			**44,93**	**42,92**	**174,12**	**1016,85**
Всего за день:				**44,93**	**42,92**	**174,12**	**1016,85**

Заведующий производством_____

Утверждаю

Генеральный директор АО "Комбинат социального питания Парголово"

Камедин А.В. _____

"17" 08 2026 г.

Согласовано

Директор

ГБОУ школа № 199 Приморского района

_____/Протасова О.В.

"18" 08 2026г.

Ежедневное меню комплексного обеда учащихся 5-8 кадетских классов

18.11 2026 г

9 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							
Винегрет овощной	100	2024	52	2,33	5,67	2,67	86,00
Суп из овощей с курой и сметаной	200/10/10	2024	100	1,30	4,00	19,30	122,00
Голубцы ленивые со сметаной	280	2024	320	28,60	25,78	49,00	420,00
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 свежих яблок	200	2024	418	0,15	0,14	19,90	82,00
Груша свежая	250	2021	82	1,00	0,75	25,75	117,50
Печенье	50	2021	582	6,00	5,00	22,50	138,00
Итого за прием пищи:	**1190**			**45,85**	**43,31**	**180,84**	**1175,20**
Всего за день:				**45,85**	**43,31**	**180,84**	**1175,20**

Заведующий производством _____

Утверждаю

Генеральный директор АО "Комбинат социального питания Парголово"

Камедин А.В. _____

"17" 08 2026 г.

Согласовано

Директор

ГБОУ школа № 199 Приморского района

_____/Протасова О.В.

"18" 08 2026г.

Ежедневное меню комплексного обеда учащихся 5-8 кадетских классов

19.11 2026 г

10 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 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	8,67	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
Яблоко свежее	250	2008	9.1	1,00	1,00	24,50	111,00
Зефир витаминизированный	35	2021	582/1	0,63	0,10	23,20	101,60
Итого за прием пищи:	**1165**			**49,97**	**44,85**	**182,08**	**1161,76**
Всего за день:				**49,97**	**44,85**	**182,08**	**1161,76**

Заведующий производством _____

Утверждаю

Генеральный директор АО "Комбинат социального питания Парголово"

Камедин А.В. _____

"17" 08 2026 г.

Согласовано

Директор

ГБОУ школа № 199 Приморского района

_____/Протасова О.В.

"18" 08 2026г.

Ежедневное меню комплексного обеда учащихся 5-8 кадетских классов

20.11 2026 г

11 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
Суп картофельный с горохом и гренками	200/10	2024	104	5,27	3,74	15,10	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
Апельсин свежий	250	2008	9.6	2,25	0,50	20,25	107,50
Вафли	20	2021	580	1,44	2,8	9,80	62,00
Итого за прием пищи:	**1170**			**46,10**	**44,54**	**174,12**	**1150,22**
Всего за день:				**46,10**	**44,54**	**174,12**	**1150,22**

Заведующий производством_____

Утверждаю

Генеральный директор АО "Комбинат социального питания Парголово"

Камедин А.В. _____

"17" 08 2026 г.

Согласовано

Директор

ГБОУ школа № 199 Приморского района

_____/Протасова О.В.

"18" 08 2026г.

Ежедневное меню комплексного обеда учащихся 5-8 кадетских классов

23.11 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	12,5	9,60	68,75
Суп рыбный с картофелем и рисовой крупой	200/10	2024	103	7,71	4,87	16,44	151,80
Паста Болоньезе "По-школьному"	280	2022	404	26,40	24,03	74,20	523,83
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	0,2	9,80	45,00
Мандарин свежий	250	2008	9.8	2	0,25	18,75	95,00
Вафли	20	2021	580	1,44	2,8	9,80	62,00
Итого за прием пищи:	**1150**			**45,50**	**46,62**	**180,31**	**1156,08**
Всего за день:				**45,50**	**46,62**	**180,31**	**1156,08**

Заведующий производством _____

Утверждаю

Генеральный директор АО "Комбинат социального питания Парголово"

Камедин А.В. _____

"17" 08 2026 г.

Согласовано

Директор

ГБОУ школа № 199 Приморского района

_____/Протасова О.В.

"18" 08 2026г.

Ежедневное меню комплексного обеда учащихся 5-8 кадетских классов

24.11 **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	200/10	2024	104	5,27	3,74	15,10	114,02
Шницель рубленый мясной	100	2024	286	15,80	18,40	20,78	241,41
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
Яблоко свежее	250	2008	9.1	1,00	1,00	24,50	111,00
Печенье	50	2021	582	6,00	5,00	22,50	138,00
Итого за прием пищи:	**1180**			**45,34**	**43,29**	**180,21**	**1195,53**
Всего за день:				**45,34**	**43,29**	**180,21**	**1195,53**

Заведующий производством _____

Утверждаю

Генеральный директор АО "Комбинат социального питания Парголово"

Камедин А.В. _____

"17" 08 2026 г.

Согласовано

Директор

ГБОУ школа № 199 Приморского района

_____/Протасова О.В.

"18" 08 2026г.

Ежедневное меню комплексного обеда учащихся 5-8 кадетских классов

25.11 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	200/10/10	2024	80	8,93	8,43	17,18	186,18
Запеканка из печени с рисом и соусом	100/20	2024	316	16,40	15,60	8,18	161,24
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
Компот из свежих яблок	200	2024	418	0,15	0,14	19,90	82,00
Груша свежая	250	2021	82	1,00	0,75	25,75	117,50
Булочка молочная	75	2024	508	7,00	1,40	39,50	199,00
Итого за прием пищи:	**1235**			**45,03**	**44,43**	**199,29**	**1216,62**
Всего за день:				**45,03**	**44,43**	**199,29**	**1216,62**

Заведующий производством _____

Утверждаю

Генеральный директор АО "Комбинат социального питания Парголово"

Камедин А.В. _____

"17" 08 2026 г.

Согласовано

Директор

ГБОУ школа № 199 Приморского района

_____/Протасова О.В.

"18" 08 2026г.

Ежедневное меню комплексного обеда учащихся 5-8 кадетских классов

26.11 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	200/10	2024	105	6,30	6,80	12,10	155,00
Тефтели рыбные в соусе сметанном с томатом	100/20	2024	262	15,90	16,40	19,44	188,14
Пюре картофельное	180	2024	360	7,60	8,80	46,00	184,80
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
Яблоко свежее	250	2008	9.1	1,00	1,00	24,50	111,00
Печенье	50	2021	582	6,00	5,00	22,50	138,00
Итого за прием пищи:	**1200**			**45,29**	**45,05**	**185,56**	**1192,64**
Всего за день:				**45,29**	**45,05**	**185,56**	**1192,64**

Заведующий производством _____

Утверждаю

Генеральный директор АО "Комбинат социального питания Парголово"

Камедин А.В. _____

"17" 08 2026 г.

Согласовано

Директор

ГБОУ школа № 199 Приморского района

_____/Протасова О.В.

"18" 08 2026г.

Ежедневное меню комплексного обеда учащихся 5-8 кадетских классов

27.11 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	200/10/10	2024	96	12,50	15,80	20,65	187,70
Паэлья с курицей	280	ТТК (осн. ТК №330,2024)	330/1	22,00	19,10	56,40	422,33
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
Апельсин свежий	250	2008	9.6	2,25	0,50	20,25	107,50
Зефир витаминизированный	35	2021	582/1	0,63	0,10	23,20	101,60
Итого за прием пищи:	**1175**			**45,38**	**43,53**	**177,75**	**1150,83**
Всего за день:				**45,38**	**43,53**	**177,75**	**1150,83**

Заведующий производством_____

Утверждаю

Генеральный директор АО "Комбинат социального питания Парголово"

Камедин А.В. _____

"17" 08 2026 г.

Согласовано

Директор

ГБОУ школа № 199 Приморского района

_____/Протасова О.В.

"18" 08 2026г.

Ежедневное меню комплексного обеда учащихся 5-8 кадетских классов

30.11 2026 г

7 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 "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	6,33	10,78	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
Мандарин свежий	250	2008	9.8	2,00	0,25	18,75	95,00
Булочка с изюмом	75	2024	502	6,30	10,80	43,20	274,80
Итого за прием пищи:	**1205**			**46,57**	**46,36**	**193,71**	**1217,08**
Всего за день:				**46,57**	**46,36**	**193,71**	**1217,08**

Заведующий производством _____