

Утверждаю

Генеральный директор  
АО "Комбинат социального питания Парголово"

Камедин А.В.  
"17" 08 2026 г.



Согласовано

Директор ГБОУ гимназии №52  
/И.В. Гузаева

"17" 08 2026 г.

Ежедневное меню завтрака и обеда учащихся 7-11 лет

12 октября

2026 г

1 день

| Наименование                                      | Выход, | Технологическая и нормативная документация /сборник рецептов/ | № рецептуры или технологической карты | Белки | Жиры  | Углеводы | Энергетическая ценность, ккал |
|---------------------------------------------------|--------|---------------------------------------------------------------|---------------------------------------|-------|-------|----------|-------------------------------|
|                                                   | г      |                                                               |                                       | Всего | Всего | Всего    |                               |
|                                                   |        |                                                               |                                       | г     | г     | г        |                               |
| Завтрак                                           |        |                                                               |                                       |       |       |          |                               |
| Каша вязкая молочная "Геркулес"                   | 150    | 2024                                                          | 196                                   | 3,80  | 8,70  | 26,20    | 201,40                        |
| Бутерброд с сыром                                 | 40     | 2024                                                          | 2                                     | 9,30  | 6,10  | 11,20    | 189,00                        |
| Чай с сахаром                                     | 200    | 2024                                                          | 453                                   | 0,10  | 0,20  | 10,00    | 40,00                         |
| Мандарин свежий                                   | 100    | 2008                                                          | 9.8                                   | 0,80  | 0,10  | 7,50     | 38,00                         |
| Молоко в индивидуальной упаковке                  | 200    | ТТК (осн. ТК №468,2021)                                       | 468/1                                 | 5,70  | 4,60  | 9,20     | 101,00                        |
| Итого за прием пищи:                              | 690    |                                                               |                                       | 19,70 | 19,70 | 64,10    | 569,40                        |
| Обед                                              |        |                                                               |                                       |       |       |          |                               |
| Огурец солёный порционно                          | 60     | 2024                                                          | 385                                   | 0,48  | 0,06  | 1,20     | 6,60                          |
| Суп рыбный с картофелем и рисовой крупой          | 200/10 | 2024                                                          | 103                                   | 7,71  | 4,87  | 16,44    | 151,80                        |
| Паста Болоньезе "По-школьному"                    | 240    | 2022                                                          | 404                                   | 12,30 | 20,60 | 53,30    | 449,00                        |
| 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                         |
| Итого за прием пищи:                              | 800    |                                                               |                                       | 27,96 | 27,70 | 122,46   | 862,10                        |
| Всего за день:                                    |        |                                                               |                                       | 47,66 | 47,40 | 186,56   | 1431,50                       |

Заведующий производством

*[Signature]*

Утверждаю

Генеральный директор  
АО "Комбинат социального питания Парголово"

Камедин А.В.

"17" 08 2026 г.

Согласовано

Директор ГБОУ гимназии №52

/И.В. Гузаева

"17" 08 2026 г.

Ежедневное меню завтрака и обеда учащихся 7-11 лет

13 октября

2026 г

2 день

| Наименование                                      | Выход, | Технологическая и нормативная документация /сборник рецептур/ | № рецептуры или технологической карты | Белки | Жиры  | Углеводы | Энергетическая ценность, ккал |
|---------------------------------------------------|--------|---------------------------------------------------------------|---------------------------------------|-------|-------|----------|-------------------------------|
|                                                   | г      |                                                               |                                       | Всего | Всего | Всего    |                               |
|                                                   |        |                                                               |                                       | г     | г     | г        |                               |
| Завтрак                                           |        |                                                               |                                       |       |       |          |                               |
| Каша пшѐнная вязкая с тыквой                      | 160    | 2024                                                          | 197                                   | 9,50  | 7,20  | 13,30    | 155,00                        |
| Бутерброд с джемом                                | 45     | 2024                                                          | 1                                     | 2,50  | 7,70  | 41,40    | 261,00                        |
| Какао с молоком                                   | 200    | 2024                                                          | 459                                   | 3,40  | 2,70  | 12,10    | 84,00                         |
| Яблоко свежее                                     | 100    | 2008                                                          | 9.1                                   | 0,40  | 0,40  | 9,80     | 44,40                         |
| Итого за прием пищи:                              | 505    |                                                               |                                       | 15,80 | 18,00 | 76,60    | 544,40                        |
| Обед                                              |        |                                                               |                                       |       |       |          |                               |
| Салат "Витаминный" (1 вариант)                    | 60     | 2024                                                          | 41                                    | 0,50  | 3,84  | 3,20     | 47,40                         |
| Суп картофельный с горохом и гречками             | 200/10 | 2024                                                          | 104                                   | 5,27  | 3,74  | 15,10    | 114,02                        |
| Шницель рубленый мясной                           | 90     | 2024                                                          | 286                                   | 7,45  | 11,60 | 18,70    | 217,27                        |
| Каша гречневая рассыпчатая                        | 150    | 2024                                                          | 347                                   | 8,20  | 5,60  | 35,90    | 227,00                        |
| 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                        |
| Напиток из протѐртой брусники                     | 200    | 2024                                                          | 463                                   | 0,13  | 0,06  | 7,20     | 30,00                         |
| Итого за прием пищи:                              | 800    |                                                               |                                       | 28,02 | 26,81 | 121,82   | 845,39                        |
| Всего за день:                                    |        |                                                               |                                       | 43,82 | 44,81 | 198,42   | 1389,79                       |

Заведующий производством

Утверждаю  
Генеральный директор  
АО "Комбинат социального питания Парголово"  
Камедин А.В.  
"17" 08 2026 г.



Согласовано  
Директор ТБОУ гимназии №52  
/И.В. Гузаева  
"17" 08 2026 г.

Ежедневное меню завтрака и обеда учащихся 7-11 лет

14 октября 2026 г

3 день

| Наименование                                           | Выход,    | Технологическая и нормативная документация /сборник рецептов/ | № рецептуры или технологической карты | Белки | Жиры  | Углеводы | Энергетическая ценность, ккал |
|--------------------------------------------------------|-----------|---------------------------------------------------------------|---------------------------------------|-------|-------|----------|-------------------------------|
|                                                        | г         |                                                               |                                       | Всего | Всего | Всего    |                               |
|                                                        |           |                                                               |                                       | г     | г     | г        |                               |
| Завтрак                                                |           |                                                               |                                       |       |       |          |                               |
| Чизкейк запечённый "По-школьному" со сгущенным молоком | 150/10    | 2024                                                          | 243н                                  | 8,50  | 12,80 | 50,10    | 340,00                        |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами            | 25        | 2021                                                          | 576                                   | 1,90  | 0,70  | 12,90    | 65,25                         |
| Чай с лимоном                                          | 200       | 2024                                                          | 454                                   | 0,20  | 0,00  | 7,20     | 30,00                         |
| Груша свежая                                           | 100       | 2021                                                          | 82                                    | 0,40  | 0,30  | 10,30    | 47,00                         |
| Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5%                          | 150       | 2021                                                          | 470                                   | 4,40  | 2,50  | 6,00     | 75,00                         |
| Итого за прием пищи:                                   | 685       |                                                               |                                       | 15,40 | 16,30 | 86,50    | 557,25                        |
| Обед                                                   |           |                                                               |                                       |       |       |          |                               |
| Салат из квашеной капусты                              | 60        | 2024                                                          | 40                                    | 0,96  | 3,06  | 4,62     | 49,80                         |
| Борщ с капустой, картофелем, отварной курой и сметаной | 200/10/10 | 2024                                                          | 80                                    | 7,28  | 6,87  | 14,00    | 151,70                        |
| Запеканка из печени с рисом и соусом                   | 90/20     | 2024                                                          | 316                                   | 10,40 | 6,00  | 7,50     | 175,30                        |
| Макаронные изделия отварные                            | 150       | 2024                                                          | 356                                   | 2,90  | 9,20  | 32,80    | 190,00                        |
| 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                         |
| Итого за прием пищи:                                   | 830       |                                                               |                                       | 28,16 | 27,24 | 120,54   | 858,50                        |
| Всего за день:                                         |           |                                                               |                                       | 43,56 | 43,54 | 207,04   | 1415,75                       |

Заведующий производством \_\_\_\_\_

Хса

Утверждаю

Генеральный директор  
АО "Комбинат социального питания Парголово"

Камедин А.В.

"17" 08 2026 г.



Согласовано

Директор ГБОУ гимназии №52

/И.В. Гузаева

"17" 08 2026 г.



Ежедневное меню завтрака и обеда учащихся 7-11 лет

15 октября

2026 г

4 день

| Наименование                                      | Выход, | Технологическая и нормативная документация /сборник рецептов/ | № рецептуры или технологической карты | Белки | Жиры  | Углеводы | Энергетическая ценность, ккал |
|---------------------------------------------------|--------|---------------------------------------------------------------|---------------------------------------|-------|-------|----------|-------------------------------|
|                                                   | г      |                                                               |                                       | Всего | Всего | Всего    |                               |
|                                                   |        |                                                               |                                       | г     | г     | г        |                               |
|                                                   |        |                                                               |                                       | г     | г     | г        |                               |
| Завтрак                                           |        |                                                               |                                       |       |       |          |                               |
| Каша из пшена и риса молочная жидкая "Дружба"     | 160    | 2024                                                          | 203                                   | 7,80  | 10,60 | 37,16    | 241,00                        |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами       | 25     | 2021                                                          | 576                                   | 1,90  | 0,70  | 12,90    | 65,25                         |
| Яйцо отварное                                     | 40     | 2024                                                          | 227                                   | 5,70  | 4,80  | 0,30     | 68,00                         |
| Чай с сахаром                                     | 200    | 2024                                                          | 453                                   | 0,10  | 0,20  | 10,00    | 40,00                         |
| Яблоко свежее                                     | 100    | 2008                                                          | 9.1                                   | 0,40  | 0,40  | 9,80     | 44,40                         |
| Итого за прием пищи:                              | 525    |                                                               |                                       | 15,90 | 16,70 | 70,16    | 458,65                        |
| Обед                                              |        |                                                               |                                       |       |       |          |                               |
| Салат "Мозайка"                                   | 60     | 2022                                                          | 28                                    | 0,95  | 3,00  | 0,60     | 78,00                         |
| 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        | 90/30  | 2024                                                          | 262                                   | 11,90 | 11,55 | 19,44    | 188,14                        |
| Пюре картофельное                                 | 150    | 2024                                                          | 360                                   | 2,10  | 5,60  | 30,00    | 154,00                        |
| 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                         |
| Итого за прием пищи:                              | 830    |                                                               |                                       | 28,16 | 29,00 | 122,16   | 860,84                        |
| Всего за день:                                    |        |                                                               |                                       | 44,06 | 45,70 | 192,32   | 1319,49                       |

Заведующий производством

Утверждаю

Согласовано

Генеральный директор  
АО "Комбинат социального питания Парголово"

Камедин А.В.

"17" 08 2026 г.

Директор ГБОУ гимназии №52

И.В. Гузаева

"17" 08 2026 г.

Ежедневное меню завтрака и обеда учащихся 7-11 лет

16 октября

2026 г.

5 день

| Наименование                                                     | Выход,    | Технологическая и нормативная документация /сборник рецептур/ | № рецептуры или технологической карты | Белки | Жиры  | Углеводы | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------------------------------------------------------|-----------|---------------------------------------------------------------|---------------------------------------|-------|-------|----------|-------------------------------|
|                                                                  | г         |                                                               |                                       | Всего | Всего | Всего    |                               |
|                                                                  |           |                                                               |                                       | г     | г     | г        |                               |
| Завтрак                                                          |           |                                                               |                                       |       |       |          |                               |
| Макароны отварные с сыром                                        | 150/15    | 2024                                                          | 223                                   | 14,70 | 10,50 | 29,30    | 256,00                        |
| Бутерброд с повидлом                                             | 45        | 2024                                                          | 1                                     | 2,50  | 7,70  | 41,40    | 261,00                        |
| Чай с лимоном                                                    | 200       | 2024                                                          | 454                                   | 0,20  | 0,00  | 7,20     | 30,00                         |
| Апельсин свежий                                                  | 100       | 2008                                                          | 9.6                                   | 0,90  | 0,20  | 8,10     | 43,00                         |
| Итого за прием пищи:                                             | 510       |                                                               |                                       | 17,40 | 18,20 | 77,90    | 547,00                        |
| Обед                                                             |           |                                                               |                                       |       |       |          |                               |
| Салат из свеклы отварной                                         | 60        | 2022                                                          | 38                                    | 0,84  | 3,60  | 5,00     | 55,20                         |
| Рассольник "Ленинградский" с перловой крупой, курицей и сметаной | 200/10/10 | 2024                                                          | 96                                    | 4,50  | 9,85  | 20,65    | 187,70                        |
| Пашльа с курицей                                                 | 240       | ТТК (осн. ТК №330.2024)                                       | 330/1                                 | 15,40 | 12,90 | 48,20    | 362,00                        |
| 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                        |
| Напиток из протёртой брусники                                    | 200       | 2024                                                          | 463                                   | 0,13  | 0,06  | 7,20     | 30,00                         |
| Итого за прием пищи:                                             | 810       |                                                               |                                       | 27,34 | 28,38 | 122,77   | 844,60                        |
| Всего за день:                                                   |           |                                                               |                                       | 44,74 | 46,58 | 200,67   | 1391,60                       |

Заведующий производством

## Дата составления

(расшифровка подписи)