

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

19 октября

2026 г

6 день

Наименование

Выход,

г

Технологическая и нормативная документация /сборник рецептов/

№ рецептуры или технологической карты

Белки

Жиры

Углеводы

Энергетическая ценность, ккал

Всего

Всего

Всего

г

г

г

Завтрак

Каша рисовая молочная вязкая с курагой и изюмом

160

2024

196

2,50

6,80

48,80

213,00

Бутерброд с сыром

40

2024

2

9,30

6,10

11,20

189,00

Какао с молоком

200

2024

459

3,40

2,70

12,10

84,00

Груша свежая

100

2021

82

0,40

0,30

10,30

47,00

Итого за прием пищи:

500

15,60

15,90

82,40

533,00

Обед

Салат "Степной" из разных овощей

60

2024

29

2,95

7,00

3,60

100,00

Бульон куриный с вермишелью и яйцом

200/10

2024

110

10,80

4,10

24,10

229,20

Гуляш

90

2024

279

2,80

5,70

9,70

79,30

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

Сок фруктовый

200

2024

469

1,00

0,20

9,80

45,00

Итого за прием пищи:

800

26,92

28,17

121,72

853,20

Всего за день:

42,52

44,07

204,12

1386,20

Заведующий производством

Handwritten 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

20 октября

2026 г

7 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 "Янтарная" с яблоками	160	2024	199	9,80	9,50	31,20	255,50
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			17,90	15,60	64,20	473,15
Обед							
Огурец солёный порционно	60	2024	385	0,48	0,06	1,20	6,60
Щи по-уральски с крупой, курицей и сметаной	200/10/10	2024	91	3,07	4,97	14,70	82,60
Тефтели мясные в соусе сметанном с томатом	90/30	2024	299	10,70	10,80	9,50	172,00
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:	840			23,26	23,48	115,42	700,90
Всего за день:				41,16	39,08	179,62	1174,05

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

21 Октября

2026 г

8 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							
Макароны отварные с сыром	150/15	2024	223	14,70	10,50	29,30	256,00
Бутерброд с повидлом	45	2024	1	2,50	8,50	40,80	250,00
Чай с лимоном	200	2024	454	0,20	0,00	7,20	30,00
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:	510			18,20	19,10	84,80	574,00
Обед							
Винегрет овощной	60	2024	52	1,40	3,40	1,60	51,60
Суп из овощей с курой и сметаной	200/10/10	2024	100	1,30	4,00	19,30	122,00
Голубцы ленивые со сметаной	240	2024	320	19,40	22,10	42,00	446,00
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:	810			27,32	28,21	122,92	911,30
Всего за день:				45,52	47,31	207,72	1485,30

Заведующий производством

Ка

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

22 октября

2026 г

9 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							
Запеканка творожная "Зебра" со сгущённым молоком	150/15	2024	239	9,00	14,70	43,00	349,00
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	25	2021	576	1,90	0,70	12,90	65,25
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
Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5%	150	2021	470	4,40	2,50	6,00	75,00
Итого за прием пищи:	640			15,80	18,50	81,70	573,65
Обед							
Салат из белокочанной капусты с огурцами	60	2021	5	0,60	4,50	5,65	39,60
Уха из рыбы со свежей зеленью	200/10	2024	112	8,00	7,80	24,30	195,50
Птица, тушеная в сметанном соусе	90	2024	331	4,40	8,70	7,80	158,00
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 протёртой брусники	200	2024	463	0,13	0,06	7,20	30,00
Итого за прием пищи:	800			27,80	28,63	122,57	859,80
Всего за день:				43,60	47,13	204,27	1433,45

Заведующий производством

22

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

23 октября

2026 г

10 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							
Омлет натуральный	160	2024	228	8,52	8,86	23,76	222,04
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
Апельсин свежий	100	2008	9.6	0,90	0,20	8,10	43,00
Итого за прием пищи:	505			15,32	19,46	85,36	610,04
Обед							
Салат из квашеной капусты	60	2024	40	0,96	3,06	4,62	49,80
Суп картофельный с горохом и гречками	200/10	2024	104	5,27	3,74	15,10	114,02
Жаркое "По-домашнему" со свининой	240	2008	258	14,10	16,28	41,00	398,40
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
Компот из сухофруктов	200	2024	425	0,44	0,08	18,30	76,00
Итого за прием пищи:	800			27,24	25,13	120,74	847,92
Всего за день:				42,56	44,59	206,10	1457,96

Заведующий производством

Хад