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 комплексного обеда учащихся 12-18 лет

09 ноября 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	6,2	11,50	52,10
Суп рыбный с картофелем и рисовой крупой	250/10	2024	103	6,50	6,03	13,10	187,94
Паста Болоньезе "По-школьному"	280	2022	404	13,40	14,30	50,30	400,30
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	15,80	76,30
Сок фруктовый	200	2024	469	1	0,2	9,80	45,00
Мандарин свежий	100	2008	9.8	0,80	0,10	7,50	38,00
Вафли	20	2021	580	1,44	2,8	9,80	62,00
Итого за прием пищи:	**1050**			**30,09**	**31,60**	**133,72**	**940,84**
Всего за день:				**30,09**	**31,60**	**133,72**	**940,84**

Заведующий производством _____

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 комплексного обеда учащихся 12-18 лет

10 ноября 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	250/10	2024	104	4,40	3,40	12,20	122,10
Шницель рубленый мясной	100	2024	286	7,20	10,20	22,50	200,30
Каша гречневая рассыпчатая	180	2024	347	5,70	4,10	28,10	208,30
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	15,80	76,30
Напиток из протёртой брусники	200	2024	463	0,13	0,06	7,20	30,00
Яблоко свежее	100	2008	9.1	0,40	0,40	9,80	44,40
Печенье	50	2021	582	6,00	5,00	16,50	100,80
Итого за прием пищи:	**1080**			**31,13**	**31,53**	**133,35**	**940,40**
Всего за день:				**31,13**	**31,53**	**133,35**	**940,40**

Заведующий производством

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 комплексного обеда учащихся 12-18 лет

11 ноября 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	250/10/10	2024	80	8,93	4,70	11,40	156,30
Запеканка из печени с рисом и соусом	100/20	2024	316	9,20	6,60	8,18	128,10
Макаронные изделия отварные	180	2024	356	3,48	11,04	24,70	131,70
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	13,60	76,30
Компот из свежих яблок	200	2024	418	0,15	0,14	8,80	82,00
Груша свежая	100	2021	82	0,40	0,30	10,30	47,00
Булочка молочная	75	2024	508	7,00	1,40	29,50	159,20
Итого за прием пищи:	**1135**			**37,23**	**31,25**	**130,10**	**942,80**
Всего за день:				**37,23**	**31,25**	**130,10**	**942,80**

Заведующий производством _____

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 комплексного обеда учащихся 12-18 лет

12 ноября 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	250/10	2024	105	4,30	4,10	14,98	136,20
Тефтели рыбные в соусе сметанном с томатом	100/20	2024	262	8,20	9,70	16,20	139,40
Пюре картофельное	180	2024	360	4,20	4,50	29,30	153,00
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	15,80	76,30
Компот из сухофруктов	200	2024	425	0,44	0,08	8,30	76,00
Яблоко свежее	100	2008	9.1	0,40	0,40	9,80	44,40
Печенье	50	2021	582	6,00	5,00	16,50	100,80
Итого за прием пищи:	**1100**			**31,59**	**30,75**	**127,80**	**935,30**
Всего за день:				**31,59**	**30,75**	**127,80**	**935,30**

Заведующий производством _____

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 комплексного обеда учащихся 12-18 лет

13 ноября 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	250/10/10	2024	96	5,52	9,10	22,34	200,36
Паэлья с курицей	280	ТТК (осн. ТК №330,2024)	330/1	14,70	13,40	36,40	336,60
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	15,80	76,30
Напиток из протёртой брусники	200	2024	463	0,13	0,06	7,20	30,00
Апельсин свежий	100	2008	9.6	0,90	0,20	8,10	43,00
Зефир витаминизированный	35	2021	582/1	0,63	0,10	16,20	66,80
Итого за прием пищи:	**1075**			**29,75**	**30,83**	**130,29**	**924,26**
Всего за день:				**29,75**	**30,83**	**130,29**	**924,26**

Заведующий производством _____