

Утверждаю

Генеральный директор

АО "Комбинат социального питания Парголово"

Камедин А.В.



Согласовано

Директор



Бернштейн

Бернштейн

01 сентября 2025 г

Ежедневное меню комплексного обеда учащихся 12-18 лет

10 ноября 2025 г

Наименование	Выход,	Технологи- ческая и нормативная документаци я /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологиче ской карты	Белки	Жиры	Угле-воды,	Энергети- ческая ценность, ккал.
	г			Всего	Всего	Всего	
				г	г	г	
1 день							
Комплексный обед							
Огурец солёный порционно	100	ТТК	1.5	0,80	0,10	2,00	11,00
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 обогащённый микронутриентами	50	ТТК	15.1	4,00	2,32	25,98	136,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый 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	192,37	1337,52
Всего за день:				44,98	47,71	192,37	1337,52

Заведующий производством

Ласанов С.В.

Утверждаю

Генеральный директор

АО "Комбинат социального питания, Парголово"

Камедин А.В.



Согласовано

Директор

Ирина...



Ирина...

01 сентября 2025 г

Ежедневное меню комплексного обеда учащихся 12-18 лет

11 ноября

2025 г

Наименование	Выход,	Технологи- ческая и нормативная документаци я /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологиче ской карты	Белки	Жиры	Угле-воды,	Энергети- ческая ценность, 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 говядиной и сметано	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	7,30	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 микронутриентами	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%	150	ТТК	16.1	4,10	2,50	4,90	87,00
Итого за прием пищи:	1180			35,76	38,33	157,08	1153,10
Всего за день:				35,76	38,33	157,08	1153,10

Заведующий производством

[Signature]

Касанов С.В.

Утверждаю

Генеральный директор

АО "Комбинат социального питания Парголово"

Камедин А.В.



Согласовано

Директор

Перегудов



583

01 сентября 2025 г

Ежедневное меню комплексного обеда учащихся 12-18 лет

12 ноября 2025 г

Наименование	Выход,	Технологи- ческая и нормативная документаци я /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологиче ской карты	Белки	Жиры	Угле-воды,	Энергети- ческая 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 микронутриентами	50	ТТК	15.1	4,00	2,32	25,98	136,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	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

Заведующий производством

Ласанов С.В.

Утверждаю

Генеральный директор
АО "Комбинат социального питания Парголово"

Камедин А.В.
"01" сентября 2025 г



Согласовано

Директор
Чернышова



ГБОУ имени БЗ
"01" сентября 2025 г

Ежедневное меню комплексного обеда учащихся 12-18 лет

13 ноября 2025 г

Наименование	Выход,	Технологи- ческая и нормативная документаци я /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологиче ской карты	Белки	Жиры	Угле-воды,	Энергети- ческая ценность, 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 курой отварной	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 микронутриентами	50	ТТК	15.1	4,00	2,32	25,98	136,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	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
Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5%	150	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

Заведующий производством

Иванов С.В.

Утверждаю

Генеральный директор
АО "Комбинат социального питания Парголово"

Камедин А.В.



Согласовано

Директор



"01" сентября 2025 г

Ежедневное меню комплексного обеда учащихся 12-18 лет

14 ноября

2025 г

Наименование	Выход,	Технологи- ческая и нормативная документаци я /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологиче ской карты	Белки	Жиры	Угле-воды,	Энергети- ческая ценность, 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 перловой крупой, курицей отварной и сметаной	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 микронутриентами	50	ТТК	15.1	4,00	2,32	25,98	136,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60	ТТК	15.4	4,80	2,55	30,60	138,00
Напиток из протёртой брусники	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 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
Всего за прием пищи:	1350			45,06	54,75	198,28	1357,59
Всего за день:				45,06	54,75	198,28	1357,59

Заведующий производством

Хасанов С.В.

Утверждаю

Генеральный директор

АО "Комбинат социального питания Парголово"

Камедин А.В.



Согласовано

Директор



Черезначенко А.А.

1804 илмса 583

"01" сентября 2025 г

Ежедневное меню комплексного обеда учащихся 12-18 лет

15 ноября

2025 г

Наименование	Выход,	Технологи- ческая и нормативная документаци я /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологиче ской карты	Белки	Жиры	Угле-воды,	Энергети- ческая ценность, ккал.
	г						
				Всего г	Всего г	Всего г	
6 день							
Комплексный обед							
Салат из свежей моркови с яблоком	100	2011	71	0,85	6,50	7,86	93,30
Щи из квашеной капусты с картофелем, отварной курицей и сметаной	250/15/10	2012	70	6,10	8,30	18,00	171,00
Печень, тушённая в соусе	120	ТТК	9.3	11,12	12,02	10,23	205,00
Пюре картофельное	200	2008	335	4,11	7,10	27,00	188,00
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	50	ТТК	15.1	4,00	2,32	25,98	136,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60	ТТК	15.4	4,80	2,55	30,60	138,00
Компот из апельсинов	200	ТТК	13.2	0,50	0,10	21,30	95,20
Яблоко свежее	100	2011	338	0,40	0,40	9,80	44,40
Пряник	60	ТТК	12.3	3,60	1,80	46,80	201,60
Итого за прием пищи:	1165			35,48	41,09	197,57	1272,50
Всего за день:				35,48	41,09	197,57	1272,50

Заведующий производством

Касанов А.В.

Утверждаю

Генеральный директор

АО "Комбинат социального питания Парголово"

Камедин А.В.



Согласовано

Директор



Перемышова Н.В.

ГБОУ школа 5РЗ

"01" сентября 2025 г

Ежедневное меню комплексного обеда учащихся 12-18 лет

17 ноября

2025 г

Наименование	Выход,	Технологи- ческая и нормативная документаци я /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологиче ской карты	Белки	Жиры	Угле-воды,	Энергети- ческая ценность, 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 микронутриентами	50	ТТК	15.1	4,00	2,32	25,98	136,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый 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
Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5%	150	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

Заведующий производством

[Signature]

Касанова С.В.

Утверждаю

Генеральный директор

АО "Комбинат социального питания Парголово"

Камедин А.В.



Согласовано

Директор



Дружная школа

ГБОУ школа 583

"01" сентября 2025 г

Ежедневное меню комплексного обеда учащихся 12-18 лет

18 ноября 2025 г

Наименование	Выход,	Технологи- ческая и нормативная документаци я /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологиче ской карты	Белки	Жиры	Угле-воды,	Энергети- ческая ценность, ккал.
	г						
				Всего	Всего	Всего	
	г			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 микронутриентами	50	ТТК	15.1	4,00	2,32	25,98	136,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	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

Заведующий производством

Распутин С.В.

Утверждаю

Генеральный директор

АО "Комбинат социального питания Парголово"

Камедин А.В.



Согласовано

Директор

Иванов И.И.

Всего шкала 583

"01" сентября 2025 г

Ежедневное меню комплексного обеда учащихся 12-18 лет

19 сентября 2025 г

Наименование	Выход,	Технологи- ческая и нормативная документаци я /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологиче ской карты	Белки	Жиры	Угле-воды,	Энергети- ческая ценность, ккал.
	г						
				Всего	Всего	Всего	
	г			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
Картофель отварной	200	2008	333	3,83	7,06	27,10	187,10
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	50	ТТК	15.1	4,00	2,32	25,98	136,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	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%	150	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			39,53	41,26	187,37	1281,56
Всего за день:				39,53	41,26	187,37	1281,56

Заведующий производством *Жасанов С.В.*

Утверждаю

Генеральный директор
АО "Комбинат социального питания Парголово"

Камедин А.В.
"01" сентября 2025 г



Согласовано
Директор

Вручение

Вручение 5РЗ

"01" сентября 2025 г

Ежедневное меню комплексного обеда учащихся 12-18 лет

20 НОЯБРЯ

2025 г

Наименование	Выход,	Технологи- ческая и нормативная документаци я /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологиче ской карты	Белки	Жиры	Угле-воды,	Энергети- ческая ценность, ккал.
	г			Всего	Всего	Всего	
				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 и сметаной	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 микронутриентами	50	ТТК	15.1	4,00	2,32	25,98	136,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	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

Заведующий производством

Касанова С.В.

Утверждаю
Генеральный директор
АО "Комбинат социального питания Парголово"
Камедин А.В.
"01" сентября 2025 г



Согласовано
Директор
"01" сентября 2025 г



Ежедневное меню комплексного обеда учащихся 12-18 лет
21 ноября 2025 г

Наименование	Выход,	Технологи- ческая и нормативная документаци я /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологиче ской карты	Белки	Жиры	Угле-воды,	Энергети- ческая 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 микронутриентами	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%	150	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

Заведующий производством Лисаков С.В.

Утверждаю
Генеральный директор
АО "Комбинат социального питания "Парголово"

Камедин А.В.
"01" сентября 2025 г



Согласовано
Директор
"01" сентября 2025 г



Ежедневное меню комплексного обеда учащихся 12-18 лет
22 ноября 2025 г

Наименование	Выход,	Технологи- ческая и нормативная документаци я /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологиче ской карты	Белки	Жиры	Угле-воды,	Энергети- ческая ценность, ккал.
	г			Всего	Всего	Всего	
				г	г	г	
12 день							
Комплексный обед							
Салат из свежей моркови с яблоком	100	2011	71	0,85	6,50	7,86	93,30
Суп-пюре из овощей с гренками	250/10	ТТК	2.9	4,60	10,58	16,50	175,10
Котлета рыбная "любительская"	100	2008	241	12,60	3,60	6,00	110,00
Пюре картофельное	200	2008	335	4,11	7,10	27,00	188,00
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	50	ТТК	15.1	4,00	2,32	25,98	136,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60	ТТК	15.4	4,80	2,55	30,60	138,00
Компот из апельсинов	200	ТТК	13.2	0,50	0,10	21,30	95,20
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
Печенье в ассортименте	75	ТТК	12.5	9,00	7,50	33,60	207,00
Итого за прием пищи:	1345			46,78	45,73	188,02	1294,56
Всего за день:				46,78	45,73	188,02	1294,56

Заведующий производством
Киселева С.В.