

Утверждаю

Генеральный директор АО «Комбинат социального питания Парголово»

Камедин А.В.

" 1 "

2026 г.



Согласовано

Директор

Сергей Васильевич

Школа 583

" 1 "

01

2026 г.



Ежедневное меню завтрака и обеда учащихся 7-11 лет

23 февраля 2026 г

1 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 геркулесовая молочная вязкая с маслом сливочным	160/5	2008	184	9,31	8,40	27,01	205,40
Бутерброд с маслом сливочным	35	ТТК	1.44	2,40	8,10	13,00	142,00
Чай с сахаром	200	2008	430	0,20	0,10	15,00	60,00
Мандарин свежий	100	2011	338	0,80	0,10	7,50	38,00
Печенье в ассортименте	25	ТТК	12.2	3,00	2,50	11,20	69,00
Итого за прием пищи:	525			15,71	19,20	73,71	514,40
Обед							
Огурец солёный порционно	60	ТТК	1.1	0,48	0,06	1,20	6,60
Щи по-уральски с крупой и курицей, со сметаной	200/5/5	2012	72	3,07	4,97	14,70	82,60
Гуляш	100	ТТК	9.38	11,24	12,30	8,40	214,20
Каша гречневая рассыпчатая "подомашнему"	150	ТТК	4.7	3,60	4,60	10,40	97,40
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	40	ТТК	15.2	3,20	1,70	20,40	92,00
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	50	ТТК	15.1	4,00	2,32	25,98	136,00
Сок фруктовый (яблочный)	200	2008	442	1,00	0,20	19,80	86,00
Итого за прием пищи:	810			26,59	26,15	100,88	714,80
Всего за день:				42,30	45,35	174,59	1229,20

Заведующий производством

Александр С.В.

Утверждаю

Генеральный директор АО "Комбинат социального питания Парголово"

Камедин А.В.

" 1 "

2026 г.



Согласовано

Директор



2026 г.

Ежедневное меню завтрака и обеда учащихся 7-11 лет

24 февраля 2026 г

2 день

Наименование	Выход,	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептов/	№ рецептуры или технологической карты	Белки	Жиры	Углеводы,	Энергетическая ценность, ккал.
	г			Всего	Всего	Всего	
Завтрак							
Чизкейк, запечённый по-школьному с повидлом	150/15	ТТК	7.4	13,33	14,76	31,72	352,99
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	25	ТТК	15.3	2,00	1,16	12,99	68,00
Чай с лимоном	200	2008	431	0,29	0,10	14,69	59,90
Вафли	20	ТТК	12.7	1,44	2,23	9,80	62,00
Яблоко свежее	100	2011	338	0,40	0,40	9,80	44,40
Итого за прием пищи:	510			17,46	18,65	79,00	587,29
Обед							
Салат из свежей капусты с огурцом	60	ТТК	1.2	0,61	3,20	2,62	53,10
Борщ с капустой и картофелем, отварной говядиной и сметаной	200/5/5	2008	76	3,46	4,63	9,71	93,30
Шницель рубленый мясной	90	ТТК	9.1	7,40	10,50	3,64	133,18
Макаронные изделия отварные	150	2008	331	5,50	4,80	31,30	191,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	40	ТТК	15.2	3,20	1,70	20,40	92,00
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	50	ТТК	15.1	4,00	2,32	25,98	136,00
Компот из смеси сухофруктов	200	ТТК	13.4	0,60	0,10	23,50	97,20
Итого за прием пищи:	800			24,77	27,25	117,15	795,78
Всего за день:				42,23	45,90	196,15	1383,07

Заведующий производством

Хасанов С.В.

Утверждаю

Генеральный директор АО "Комбинат социального питания Парголово"

Камедин А.В.

" 1 "



Согласовано

Директор



Вручил
Иванов С.В.
01 2026 г.

Ежедневное меню завтрака и обеда учащихся 7-11 лет

25 февраля 2026 г

3 день

Наименование	Выход,	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологической карты	Белки	Жиры	Углеводы,	Энергетическая ценность, ккал.
	г			Всего	Всего	Всего	
Завтрак							
Каша пшённая вязкая с тыквой	155	2008	185	5,40	6,20	28,80	192,00
Бутерброд с сыром	40	ТТК	1.43	4,31	4,29	13,56	105,87
Чай с сахаром	200	2008	430	0,20	0,10	15,00	60,00
Груша свежая	100	2011	338	0,40	0,30	10,30	47,00
Молоко м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке	200	ТТК	16.3	5,92	5,08	9,38	107,56
Итого за прием пищи:	655			16,23	15,97	77,04	512,43
Обед							
Салат из квашеной капусты	60	2008	40	0,96	3,06	4,62	49,80
Суп картофельный с горохом и гречками	200/5	2012	81/116	5,27	3,74	15,10	114,02
Котлета рубленая из филе куриного	90	ТТК	10.21	9,84	5,60	8,95	144,73
Ризотто (рис с овощами)	150	ТТК	4.2	2,90	7,43	17,06	146,70
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	40	ТТК	15.2	3,20	1,70	20,40	92,00
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	50	ТТК	15.1	4,00	2,32	25,98	136,00
Компот из свежих яблок	200	ТТК	13.1	0,20	0,20	20,10	87,80
Итого за прием пищи:	795			26,37	24,05	112,21	771,05
Всего за день:				42,60	40,02	189,25	1283,48

Заведующий производством

Косанов С.В.

Утверждаю

Генеральный директор АО "Комбинат социального питания Парголово"

Камедин А.В.

" 1 " _____



Согласовано

Директор



Вершинкина

Касикова С.В.

" 1 " _____ 2026 г.

Ежедневное меню завтрака и обеда учащихся 7-11 лет

26 декабря 2026 г

4 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 из пшена и риса молочная жидкая ("Дружба")	150	ТТК	4.11	9,07	7,92	26,30	174,30
Бутерброд с маслом сливочным	25	ТТК	1.45	2,00	7,64	12,82	138,70
Чай с лимоном	200	2008	431	0,29	0,10	14,69	59,90
Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5%	150	ТТК	16.1	4,10	2,50	4,90	87,00
Яблоко свежее	100	2011	338	0,40	0,40	9,80	44,40
Итого за прием пищи:	625			15,86	18,56	68,51	504,30
Обед							
Салат из свеклы с яйцом	60/20	2011	52/209	2,95	7,00	3,60	100,00
Суп с макаронными изделиями, картофелем и курой отварной	200/5	2012	82	4,07	2,24	15,74	94,60
Тефтели рыбные в соусе кисло-сладком с овощами	90/30	ТТК	8.7	8,17	6,85	9,44	151,76
Картофель отварной	150	2008	333	2,90	4,70	23,50	148,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	ТТК	15.2	3,20	1,70	20,40	92,00
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	50	ТТК	15.1	4,00	2,32	25,98	136,00
Сок фруктовый (персиковый)	200	ТТК	13.14	1,00	0,20	15,00	76,00
Итого за прием пищи:	845			26,29	25,01	113,66	798,36
Всего за день:				42,15	43,57	182,17	1302,66

Заведующий производством _____

Касикова С.В.

Утверждаю

Генеральный директор АО "Комбинат социального питания Парголово"

Камедин А.В.

" 1 "



Согласовано

Директор



Перегудов

№ *583*

" *01* " 2026 г.

Ежедневное меню завтрака и обеда учащихся 7-11 лет

27 февраля 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	160/15	ТТК	5.2	12,58	14,20	32,60	303,50
Бутерброд с повидлом	45	ТТК	1.3	2,20	1,20	16,80	86,80
Какао с молоком	200	2008	433	2,90	2,50	24,80	134,00
Апельсин свежий	100	2011	338	0,90	0,20	8,10	43,00
Итого за прием пищи:	520			18,58	18,10	82,30	567,30
Обед							
Винегрет овощной	60	ТТК	1.48	0,84	6,06	3,96	66,40
Рассольник ленинградский с перловой крупой, отварной курицей и сметаной	200/5/5	2008	91	4,28	5,22	17,80	118,30
Голубцы ленивые	240	ТТК	9.2	13,74	11,53	22,40	248,30
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микроэлементами	40	ТТК	15.2	3,20	1,70	20,40	92,00
Батон нарезной обогащённый микроэлементами	50	ТТК	15.1	4,00	2,32	25,98	136,00
Напиток из протёртой брусники	200	ТТК	13.13	0,50	0,10	24,10	95,20
Итого за прием пищи:	800			26,56	26,93	114,64	756,20
Всего за день:				45,14	45,03	196,94	1323,50

Заведующий производством

Касанов С.В.

Утверждаю

Генеральный директор АО "Комбинат социального питания Парголово" АО «КСП Парголово»

Камедин А.В.

" 1 "

2026 г.



Согласовано

Директор

Черошкова

2026 г.



Ежедневное меню завтрака и обеда учащихся 7-11 лет

2 марта 2026 г

6 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 "Янтарная"	150	ТТК	4.12	8,96	12,37	29,04	220,70
Батон нарезной обогащённый микроэлементами	25	ТТК	15.3	2,00	1,16	12,99	68,00
Чай с сахаром	200	2008	430	0,20	0,10	15,00	60,00
Мандарин свежий	100	2011	338	0,80	0,10	7,50	38,00
Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5%	150	ТТК	16.1	4,10	2,50	4,90	87,00
Итого за прием пищи:	625			16,06	16,23	69,43	473,70
Обед							
Огурец солёный порционно	60	ТТК	1.1	0,48	0,06	1,20	6,60
Бульон куриный с вермишелью и яйцом	200/10	ТТК	2.2	7,80	3,10	10,10	109,20
Паэлья с курицей	240	ТТК	10.12	8,21	17,10	36,10	345,40
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микроэлементами	40	ТТК	15.2	3,20	1,70	20,40	92,00
Батон нарезной обогащённый микроэлементами	50	ТТК	15.1	4,00	2,32	25,98	136,00
Сок фруктовый (яблочный)	200	2008	442	1,00	0,20	19,80	86,00
Итого за прием пищи:	800			24,69	24,48	113,58	775,20
Всего за день:				40,75	40,71	183,01	1248,90

Заведующий производством

Хасанов С.В.

Утверждаю

Генеральный директор АО "Комбинат социального питания Парголово"

Камедин А.В.

" 1 " _____

01 2026 г.



Согласовано

Директор

Грушевский
_____ 01 2026 г.



Ежедневное меню завтрака и обеда учащихся 7-11 лет

3 марта 2026 г.

7 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	ТТК	5.2	8,74	11,03	31,51	259,95
Бутерброд с повидлом	45	ТТК	1.3	2,20	1,20	16,80	86,80
Чай с сахаром	200	2008	430	0,20	0,10	15,00	60,00
Молоко м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке	200	ТТК	16.3	5,92	5,08	9,38	107,56
Итого за прием пищи:	610			17,06	17,41	72,69	514,31
Обед							
Салат витаминный	60	ТТК	1.46	0,71	3,20	4,60	52,20
Суп рыбный с картофелем и перловой крупой	200/10	2008	98\228	4,78	2,27	15,68	103,00
Тефтели мясные в соусе сметанном с томатом	90/30	ТТК	9.5	7,10	10,21	9,46	180,00
Каша гречневая рассыпчатая "подомашнему"	150	ТТК	4.7	3,60	4,60	10,40	97,40
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	ТТК	15.2	3,20	1,70	20,40	92,00
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	50	ТТК	15.1	4,00	2,32	25,98	136,00
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
Итого за прием пищи:	930			23,99	24,90	116,42	792,80
Всего за день:				41,05	42,31	189,11	1307,11

Заведующий производством _____

Косачев С. В.

Утверждаю

Генеральный директор АО "Комбинат социального питания Парголово"

Камедин А.В.

" 1 "



Согласовано

Директор



Сергей Иванович

Камедина 583

01

2026 г.

Ежедневное меню завтрака и обеда учащихся 7-11 лет

11 марта

2026 г

8 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 рисовая молочная вязкая с курагой и изюмом	160	ТТК	351	9,75	8,30	34,90	278,40
Яйцо отварное	40	2011	213	5,08	4,60	0,28	63,00
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	25	ТТК	15.3	2,00	1,16	12,99	68,00
Какао с молоком	200	2008	433	2,90	2,50	24,80	134,00
Груша свежая	100	2011	338	0,40	0,30	10,30	47,00
Итого за прием пищи:	525			20,13	16,86	83,27	590,40
Обед							
Салат из свёклы отварной с подсолнечным маслом	60	2011	52	1,70	3,84	2,60	54,40
Суп из овощей с курицей отварной и сметаной	200/5/5	2012	64	2,55	4,11	9,04	80,80
Печень по-строгановски	100	ТТК	9.4	8,91	10,11	5,30	161,92
Картофель отварной	150	2008	333	2,90	4,70	23,50	148,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	40	ТТК	15.2	3,20	1,70	20,40	92,00
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	50	ТТК	15.1	4,00	2,32	25,98	136,00
Компот из свежих яблок	200	ТТК	13.1	0,20	0,20	20,10	87,80
Итого за прием пищи:	810			23,46	26,98	106,92	760,92
Всего за день:				43,59	43,84	190,19	1351,32

Заведующий производством

Камедина С. В.

Утверждаю

Генеральный директор АО "Комбинат социального питания Парголово"

Камедин А.В.

" 1 " 01



Согласовано

Директор

Гурьянов

Итого БРЗ

01 2026 г.



Ежедневное меню завтрака и обеда учащихся 7-11 лет

5 марта 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	150/25	ТТК	7.2	14,60	14,28	29,77	305,78
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	25	ТТК	15.3	2,00	1,16	12,99	68,00
Чай с лимоном	200	2008	431	0,29	0,10	14,69	59,90
Яблоко свежее	100	2011	338	0,40	0,40	9,80	44,40
Итого за прием пищи:	500			17,29	15,94	67,25	478,08
Обед							
Салат "Мозайка"	60	ТТК	1.33	3,30	3,60	4,20	72,40
Борщ с капустой и картофелем, курой отварной и сметаной	200/5/5	2008	76	3,27	4,80	11,20	94,00
Паста Болоньезе "по-школьному"	240	ТТК	9.33	9,40	12,72	35,20	237,10
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	40	ТТК	15.2	3,20	1,70	20,40	92,00
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	50	ТТК	15.1	4,00	2,32	25,98	136,00
Сок фруктовый (персиковый)	200	ТТК	13.14	1,00	0,20	15,00	76,00
Итого за прием пищи:	800			24,17	25,34	111,98	707,50
Всего за день:				41,46	41,28	179,23	1185,58

Заведующий производством

Колосова С. В.

Утверждаю

Генеральный директор АО "Комбинат социального питания Парголово"

Камедин А.В.

" 1 "



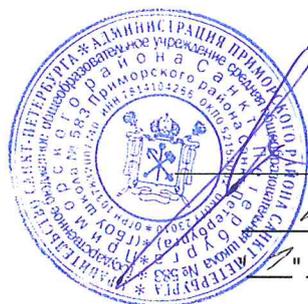
Согласовано

Директор

В. В. Рудниченко

Иванова Е.В.

" 01 " 2025 г.



Ежедневное меню завтрака и обеда учащихся 7-11 лет

6 марта 2025 г

10 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							
Омлет натуральный	150	ТТК	6.3	14,50	14,27	8,89	262,43
Бутерброд с сыром и огурцом	40	ТТК	1.39	3,01	4,29	13,56	105,87
Чай с сахаром	200	2008	430	0,20	0,10	15,00	60,00
Зефир витаминизированный	35	ТТК	12.1	0,63	0,10	28,20	101,60
Апельсин свежий	100	2011	338	0,90	0,20	8,10	43,00
Итого за прием пищи:	525			19,24	18,96	73,75	572,90
Обед							
Салат из квашеной капусты	60	2008	40	0,96	3,06	4,62	49,80
Суп картофельный с горохом и гречками	200/5	2008	99	4,58	3,64	14,99	111,20
Жаркое по-домашнему со свининой	240	2011	259	12,50	14,94	23,20	277,37
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	ТТК	15.2	2,65	0,35	16,96	81,58
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	50	ТТК	15.1	3,75	1,45	25,70	131,00
Компот из смеси сухофруктов	200	2008	402	0,45	0,00	15,60	105,58
Итого за прием пищи:	795			24,89	23,44	101,07	756,53
Всего за день:				44,13	42,40	174,82	1329,43

Заведующий производством

Иванова Е.В.