

Утверждаю
Генеральный директор
АО "Комбинат социального питания Парголово"



Камедин А.В.

"01" сентября 2025 г

Согласовано
Директор ГБОУ № 55
Приморского района



Антон Андреева Е. В.
"01" сентября 2025 г

Ежедневное меню учащихся 12-18
15.09 2025 г

Наименование	Выход,	Техноло ги- ческая и	№ рецепту ры или техноло	Белки	Жиры	Угле- воды,	Энер- гетиче- ская цен-
	г			Всего г	Всего г	Всего г	
1 день							
Комплексный обед							
Огурец свежий порционно	100	2011	71,00	0,80	0,10	1,70	12,00
Пци по-уральски с крупой и	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 "п	200	ТТК	4.18	4,80	6,13	13,86	129,86
Батон нарезной обогащённый м	50	ТТК	15.1	4,00	2,32	25,98	136,00
Хлеб ржано-пшеничный	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	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	192,07	1338,52
Всего за день:				44,98	47,71	192,07	1338,52

Утверждаю
Генеральный директор
АО "Комбинат социального питания Парголово"

Согласовано
Директор ГБОУ № 55
Приморского района

Камедин А.В.
"01" сентября 2025 г

"01" сентября 2025 г

Ежедневное меню учащихся 12-18

16.09.

2025 г

Наименование	Выход,	Техноло	№	Белки	Жиры	Угле-	Энер-
	г			Всего	Всего	воды,	
		ги- ческая и	рецепту ры или техноло	г	г	Всего г	гетти- ческая цен-
2 день							
Комплексный обед							
Салат из свежей капусты с	100	ТТК	1.6	1,02	5,30	4,36	88,50
борщ с капустой и	250/10/10	2008	76	5,32	7,10	14,40	159,70
Пшеница рубленый мясной	100	ТТК	9.7	8,22	11,66	4,04	147,90
макаронные изделия	200	2008	331	6,50	6,40	39,50	254,40
батон нарезной	50	ТТК	15.1	4,00	2,32	25,98	136,00
хлеб ржано-пшеничный	60	ТТК	15.4	4,80	2,55	30,60	138,00
компот из смеси	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.	100	ТТК	16.1	4,10	2,50	4,90	87,00
Итого за прием пищи:	1180			34,96	38,33	157,08	1153,10
Всего за день:				34,96	38,33	157,08	1153,10

Утверждаю
Генеральный директор
АО "Комбинат социального питания Парголово"

Согласовано
Директор ГБОУ № 55
Приморского района

Камедин А.В.
"01" сентября 2025 г

"01" сентября 2025 г

Ежедневное меню учащихся 12-18

17.09.

2025 г

Наименование	Выход,	Техноло	№	Белки	Жиры	Угле-	Энер-
	г			Всего	Всего	воды,	
		ги- ческая и	рецепту ры или техноло	г	г	Всего г	гетиги- ческая цен-
3 день							
Комплексный обед							
Салат из квашеной	100	2008	40	1,60	5,10	7,70	83,00
Суп картофельный с	250/10	2012	81/116	6,20	4,40	20,75	147,40
Котлета рубленая из филе	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	50	ТТК	15.1	4,00	2,32	25,98	136,00
Хлеб ржано-пшеничный	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	200	ТТК	16.3	5,92	5,08	9,38	107,56
Группа 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

Утверждаю
Генеральный директор
АО "Комбинат социального питания Парголово"

Камедин А.В.
"01" сентября 2025 г

Согласовано

Директор ГБОУ № 55
Приморского района

"01" сентября 2025 г

Ежедневное меню учащихся 12-18

18-09

2025 г

Наименование	Выход,	Техноло	№	Белки	Жиры	Угле-	Энер-
	г			Всего	Всего	воды,	
		гическая	рецепту			Всего	гетическая
		и	ры или	г	г	г	цен-
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	250/10	2012	82	4,40	2,90	16,15	125,70
Тефтели рыбные в соусе	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	50	ТТК	15.1	4,00	2,32	25,98	136,00
Хлеб ржано-пшеничный	60	ТТК	15.4	4,80	2,55	30,60	138,00
Сок фруктовый	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,	100	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

Утверждаю
Генеральный директор
АО "Комбинат социального питания Парголово"

Камедин А.В.
"01" сентября 2025 г

Согласовано
Директор ГБОУ № 55
Приморского района

"01" сентября 2025 г

Ежедневное меню учащихся 12-18
19.09. 2025 г

Наименование	Выход,	Техноло	№ рецепту ры или техноло	Белки	Жиры	Угле-	Энер-
	г			Всего	Всего	воды,	
		гическая и		г	г	Всего г	гетиче- ская цен-
5 день							
Комплексный обед							
Винегрет овощной	100	ТТК	1.49	1,40	8,20	6,66	110,66
Рассольник	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	50	ТТК	15.1	4,00	2,32	25,98	136,00
Хлеб ржано-	60	ТТК	15.4	4,80	2,55	30,60	138,00
Напиток из протёртой	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	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

Утверждаю
Генеральный директор
АО "Комбинат социального питания Парголово"

Согласовано
Директор ГБОУ № 55
Приморского района

Камедин А.В.
"01" сентября 2025 г

"01" сентября 2025 г

Ежедневное меню учащихся 12-18

22.09.

2025 г

Наименование	Выход,	Техноло	№	Белки	Жиры	Угле-	Энер-
	г			Всего	Всего	воды,	
		ги- ческая и	рецепту ры или техноло	г	г	г	гети- ческая цен-
6 день							
Комплексный обед							
Салат из свежей моркови с	100	2011	71	0,85	6,50	7,86	93,30
Щи из квашеной капусты с	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	50	ТТК	15.1	4,00	2,32	25,98	136,00
Хлеб ржано-пшеничный	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

Утверждаю
Генеральный директор
АО "Комбинат социального питания Парголово"

Камедин А.В.

"01" сентября 2025 г

Согласовано

Директор ГБОУ № 55
Приморского района

"01" сентября 2025 г

Ежедневное меню учащихся 12-18

13.09

2025 г

Наименование	Выход,	Техноло ги- ческая и	№ рецепту ры или техноло	Белки	Жиры	Угле- воды,	Энер- гети- ческая цен-
	г			Всего	Всего	Всего	
				г	г	г	
7 день							
Комплексный обед							
Огурец солёный	100	ТТК	1.5	0,80	0,10	2,00	11,00
Бульон куриный с	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	50	ТТК	15.1	4,00	2,32	25,98	136,00
Хлеб ржано-	60	ТТК	15.4	4,80	2,55	30,60	138,00
Сок фруктовый	200	2008	442	1,00	0,20	19,80	86,00
Йогурт фруктовый,	100	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

Утверждаю
Генеральный директор
АО "Комбинат социального питания Парголово"

Камедин А.В.
"01" сентября 2025 г

Согласовано

Директор ГБОУ № 55
Приморского района

"01" сентября 2025 г

Ежедневное меню учащихся 12-18

24. 09

2025 г

Наименование	Выход,	Техноло	№	Белки	Жиры	Угле-	Энер-
	г					воды,	
		ги- ческая и	рецепту ры или техноло	Всего г	Всего г	Всего г	гети- ческая цен-
8 день							
Комплексный обед							
Салат витаминный	100	ТТК	1.47	1,20	5,33	7,66	87,00
Суп рыбный с	250/20	2008	98/228	7,12	2,88	19,60	132,40
Тефтели мясные в соусе	100/20	ТТК	9.15	7,91	10,65	10,67	170,08
Каша гречневая	200	ТТК	4.18	4,80	6,13	13,86	129,86
Батон нарезной	50	ТТК	15.1	4,00	2,32	25,98	136,00
Хлеб ржано-пшеничный	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	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

Утверждаю
Генеральный директор
АО "Комбинат социального питания Парголово"

Согласовано
Директор ГБОУ № 55.
Приморского района



Камедин А.В.

"01" сентября 2025 г.



"01" сентября 2025 г.

Ежедневное меню учащихся 12-18
25.09. 2025 г

Наименование	Выход,	Техноло	№ рецепту ры или техноло	Белки	Жиры	Угле-	Энер- гети- ческая цен-
	г					воды,	
				Всего	Всего	Всего	
		гическая и		г	г	г	
9 день							
Комплексный обед							
Салат из свёклы отварной	100	2011	52	2,80	6,40	4,33	90,66
Суп из овощей с курицей	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
Булгур с овощами	200	2024	192 н	6,80	3,60	42,70	238,66
Батон нарезной	50	ТТК	15.1	4,00	2,32	25,98	136,00
Хлеб ржано-пшеничный	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.	100	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			42,50	37,80	202,97	1333,12
Всего за день:				42,50	37,80	202,97	1333,12

Утверждаю
Генеральный директор
АО "Комбинат социального питания Парголово"

Согласовано
Директор ГБОУ № 55
Приморского района

Камедин А.В.
"01" сентября 2025 г

"01" сентября 2025 г

Ежедневное меню учащихся 12-18
26.09 2025 г

Наименование	Выход,	Техноло ги- ческая и	№ рецепту ры или техноло	Белки	Жиры	Угле- воды,	Энер- гети- ческая цен-
	г						
				Всего г	Всего г	Всего г	
10 день							
Комплексный обед							
Салат "Мозайка"	100	ТТК	1.42	5,50	6,00	7,00	120,66
Ворщ с капустой,	250/15/1	2008	76	9,85	7,20	15,06	178,80
паста "Болоньезе" по-	300	ТТК	9.41	11,31	15,15	41,85	296,35
варенная порезанная	50	ТТК	15.1	4,00	2,32	25,98	136,00
яблоко ржаное-пшеничные	60	ТТК	15.4	4,80	2,55	30,60	138,00
Сок фруктовый	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	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