

Утверждаю
 Генеральный директор
 АО "Комбинат социального питания Парголово"

Камедин А.В.
 "01" сентября 2025 г

Согласовано
 Директор ГБОУ № 87
 Петроградского района

"01" сентября 2025 г

Ежедневное меню учащихся 7-11

5 сентября 2025 г

Наименование	Выход, г	Техноло ги- ческая и нормати	№ рецептур ы или технолог	Белки	Жиры	Угле- воды,	Энер- гети- ческая цен-
				Всего г	Всего г	7 г	
8 день							
Завтрак							
Плов фруктовый	150	ТТК	4.10	10,31	9,12	35,10	279,40
Бутерброд с яйцом	50	ТТК	1.41	5,10	7,15	10,65	122,80
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:	500			18,71	19,07	80,85	583,20
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
Булгур с овощами	150	2024	192 н	5,10	2,70	33,70	179,00
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			25,66	24,98	117,12	791,92
Всего за день:				44,37	44,05	197,97	1375,12

Утверждаю
Генеральный директор
АО "Комбинат социального питания Парголово"

"01" сентября 2025 г

Камедин А.В.

Согласовано
Директор ГБОУ № 87
Петроградского района

"01" сентября 2025 г

Ежедневное меню учащихся 7-11

6 ноября 2025 г

Наименование	Выход,	Техноло ги- ческая и нормати	№ рецептур ы или технолог	Белки	Жиры	Угле- воды,	Энер- гети- ческая цен-
	г			Всего	Всего	Всего	
9 день							
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	430	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 из свежей капусты, с 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

Утверждаю
 Генеральный директор
 АО "Комбинат социального питания Парголово"

Согласовано
 Директор ГБОУ № 87
 Петроградского района

"01" сентября 2025 г

Камедин А.В.

"01" сентября 2025 г

Ежедневное меню учащихся 7-11

7 ноября 2025 г

Наименование	Выход,	Техноло- ги- ческая и нормати	№ рецептур ы или технолог	Белки	Жиры	Угле- воды,	Энер- гети- ческая цен-
	г			Всего	Всего	Всего	
				г	г	г	
10 день							
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 витаминизирован	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	2012	81/116	5,27	3,74	15,10	114,02
Жаркое по-домашнему с	240	ТТК	9.6	12,50	14,94	23,20	277,37
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 сухофр	200	ТТК	13.4	0,60	0,10	23,50	97,20
Итого за прием пищи:	795			26,53	25,86	112,80	766,39
Всего за день:				45,77	44,82	186,55	1339,29