**СОГЛАСОВАНО**

Директор _____

_____

_____ 2025 г.

**УТВЕРЖДАЮ**

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

_____ Камедин А.В.

_____ 2025 г.

**Десятидневное цикличное меню полдников, стоимостью 120 рублей**

**День:** 1 Понедельник

**Неделя:** 1

| Год изд.сборника | № рец. | Наименование блюд | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | Б | Ж | У | |
| 2011 | 71 | Помидор свежий | 30 | 0,33 | 0,06 | 1,14 | 7,23 |
| ТТК | 9.5 | Тефтели мясные в соусе сметанном с томатом | 50/30 | 5,10 | 7,01 | 7,21 | 142,00 |
| 2008 | 335 | Пюре картофельное | 150 | 3,10 | 5,40 | 20,30 | 141,00 |
| ТТК | 15.2 | Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 20 | 1,60 | 0,85 | 10,20 | 46,00 |
| ТТК | 13.1 | Компот из свежих яблок | 200 | 0,20 | 0,20 | 20,10 | 87,80 |
| **Итого за прием пищи** | | | **480** | **10,33** | **13,52** | **58,95** | **424,03** |
| **Итого за день** | | | | **10,33** | **13,52** | **58,95** | **424,03** |

Заведующий производством _____

**СОГЛАСОВАНО**

Директор ГБОУ СОШ № 156

_____ Белик А.Е.

_____ 2025 г.

**УТВЕРЖДАЮ**

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

_____ Камедин А.В.

_____ 2025 г.

**Десятидневное цикличное меню полдников, стоимостью 120 рублей**

**День:** 2 Вторник

**Неделя:** 1

| Год изд.сборника | № рец. | Прием пищи, наименование блюд | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | Б | Ж | У | |
| ТТК | 1.1 | Огурец солёный порционно | 30 | 0,24 | 0,03 | 0,60 | 3,30 |
| ТТК | 10.35 | Плов со свининой | 200 | 12,65 | 10,46 | 21,30 | 236,50 |
| ТТК | 15.2 | Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 20 | 1,60 | 0,85 | 10,20 | 46,00 |
| 2008 | 430 | Чай с сахаром | 200 | 0,20 | 0,10 | 15,00 | 60,00 |
| **Итого за прием пищи** | | | **450** | **14,69** | **11,44** | **47,10** | **345,80** |
| **Итого за день** | | | | **14,69** | **11,44** | **47,10** | **345,80** |

Заведующий производством_____

**СОГЛАСОВАНО**

Директор

_____ / _____

_____ 2025 г.

**УТВЕРЖДАЮ**

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

_____ Камедин А.В.

_____ 2025 г.

**Десятидневное цикличное меню полдников, стоимостью 120 рублей**

**День:** 3 Среда

**Неделя:** 1

| Год изд.сборника | № рец. | Прием пищи, наименование блюд | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | Б | Ж | У | |
| 2011 | 71 | Огурец свежий | 30 | 0,30 | 0,05 | 1,10 | 7,01 |
| ТТК | 10.36 | Фрикассе из филе курицы | 50/50 | 14,14 | 6,12 | 4,68 | 149,68 |
| 2008 | 209 | Макаронные изделия отварные | 150 | 2,90 | 7,43 | 17,06 | 146,70 |
| ТТК | 15.2 | Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 20 | 1,60 | 0,85 | 10,20 | 46,00 |
| ТТК | 13.4 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,60 | 0,10 | 23,50 | 97,20 |
| **Итого за прием пищи** | | | **500** | **19,54** | **14,55** | **56,54** | **446,59** |
| **Итого за день** | | | | **19,54** | **14,55** | **56,54** | **446,59** |

Заведующий производством _____

**СОГЛАСОВАНО**

Директор _____

_____

_____ 2025 г.

**УТВЕРЖДАЮ**

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

_____ Камедин А.В.

_____ 2025 г.

**Десятидневное цикличное меню полдников, стоимостью 120 рублей**

**День:** 4 четверг

**Неделя:** 1

| Год изд.сборника | № рец. | Прием пищи, наименование блюд | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | Б | Ж | У | |
| 2011 | 71 | Помидор свежий | 30 | 0,33 | 0,06 | 1,14 | 7,23 |
| 2008 | 314 | Котлеты рубленые из птицы | 50 | 9,24 | 7,06 | 8,45 | 134,19 |
| ТТК | 4.7 | Каша гречневая рассыпчатая "по-домашнему" | 150 | 3,60 | 4,60 | 10,40 | 97,40 |
| ТТК | 15.2 | Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 20 | 1,60 | 0,85 | 10,20 | 46,00 |
| ТТК | 13.1 | Компот из свежих яблок | 200 | 0,20 | 0,20 | 20,10 | 87,80 |
| **Итого за прием пищи** | | | **450** | **14,97** | **12,77** | **50,29** | **372,62** |
| **Итого за день** | | | | **14,97** | **12,77** | **50,29** | **372,62** |

Заведующий производством _____

**СОГЛАСОВАНО**

Директор ГБОУ СОШ № 156

_____ / Берин А.Е.

_____ 2025 г.

**УТВЕРЖДАЮ**

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

_____ Камедин А.В.

_____ 2025 г.

**Десятидневное цикличное меню полдников, стоимостью 120 рублей**

**День:** 5 Пятница

**Неделя:** 1

| Год изд.сборника | № рец. | Прием пищи, наименование блюд | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | Б | Ж | У | |
| ТТК | 1.1 | Огурец солёный порционно | 30 | 0,24 | 0,03 | 0,60 | 3,30 |
| ТТК | 10.37 | Запеканка картофельная с мясом | 200 | 11,78 | 12,23 | 20,80 | 234,50 |
| ТТК | 15.2 | Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 20 | 1,60 | 0,85 | 10,20 | 46,00 |
| 2008 | 430 | Чай с сахаром | 200 | 0,20 | 0,10 | 15,00 | 60,00 |
| **Итого за прием пищи** | | | **450** | **13,82** | **13,21** | **46,60** | **343,80** |
| **Итого за день** | | | | **13,82** | **13,21** | **46,60** | **343,80** |

Заведующий производством_____

**СОГЛАСОВАНО**

Директор _____

_____ / _____

_____ 2025 г.

**УТВЕРЖДАЮ**

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

_____ Камедин А.В.

_____ 2025 г.

**Десятидневное цикличное меню полдников, стоимостью 120 рублей**

**День:** 6 Понедельник

**Неделя:** 2

| Год изд.сборника | № рец. | Прием пищи, наименование блюд | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | Б | Ж | У | |
| 2011 | 71 | Помидор свежий | 30 | 0,33 | 0,06 | 1,14 | 7,23 |
| ТТК | 10.38 | Рагу из курицы | 200 | 7,90 | 12,50 | 29,60 | 301,00 |
| ТТК | 15.2 | Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 20 | 1,60 | 0,85 | 10,20 | 46,00 |
| ТТК | 13.4 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,60 | 0,10 | 23,50 | 97,20 |
| **Итого за прием пищи** | | | **450** | **10,43** | **13,51** | **64,44** | **451,43** |
| **Итого за день** | | | | **10,43** | **13,51** | **64,44** | **451,43** |

Заведующий производством_____

**СОГЛАСОВАНО**

Директор ГБОУ СОШ № 156

_____ / Велик А.Е.

_____ 2025 г.

**УТВЕРЖДАЮ**

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

_____ Камедин А.В.

_____ 2025 г.

**Десятидневное цикличное меню полдников, стоимостью 120 рублей**

**День:** 7 Вторник

**Неделя:** 2

| Год изд.сборника | № рец. | Прием пищи, наименование блюд | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | Б | Ж | У | |
| ТТК | 1.1 | Огурец солёный порционно | 30 | 0,24 | 0,03 | 0,60 | 3,30 |
| 2008 | 314 | Котлеты рубленые из птицы | 50 | 9,24 | 7,06 | 8,45 | 134,19 |
| 2008 | 335 | Пюре картофельное | 150 | 3,10 | 5,40 | 20,30 | 141,00 |
| ТТК | 15.2 | Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 20 | 1,60 | 0,85 | 10,20 | 46,00 |
| ТТК | 13.1 | Компот из свежих яблок | 200 | 0,20 | 0,20 | 20,10 | 87,80 |
| **Итого за прием пищи** | | | **450** | **14,38** | **13,54** | **59,65** | **412,29** |
| **Итого за день** | | | | **14,38** | **13,54** | **59,65** | **412,29** |

Заведующий производством_____

**СОГЛАСОВАНО**

Директор _____

_____

_____ 2025 г.

**УТВЕРЖДАЮ**

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

_____ Камедин А.В.

_____ 2025 г.

**Десятидневное цикличное меню полдников, стоимостью 120 рублей**

**День:** 8 Среда

**Неделя:** 2

| Год изд.сборника | № рец. | Прием пищи, наименование блюд | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | Б | Ж | У | |
| 2011 | 71 | Огурец свежий | 30 | 0,30 | 0,05 | 1,10 | 7,01 |
| ТТК | 9.1 | Шницель рубленый мясной | 50 | 6,90 | 8,20 | 3,02 | 113,18 |
| 2008 | 209 | Макаронные изделия отварные | 150 | 2,90 | 7,43 | 17,06 | 146,70 |
| ТТК | 15.2 | Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 20 | 1,60 | 0,85 | 10,20 | 46,00 |
| 2008 | 430 | Чай с сахаром | 200 | 0,20 | 0,10 | 15,00 | 60,00 |
| **Итого за прием пищи** | | | **450** | **11,90** | **16,63** | **46,38** | **372,89** |
| **Итого за день** | | | | **11,90** | **16,63** | **46,38** | **372,89** |

Заведующий производством _____

**СОГЛАСОВАНО**

Директор ГБОУ СОШ № 156

_____ Гелик А.Е.

_____ 2025 г.

**УТВЕРЖДАЮ**

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

_____ Камедин А.В.

_____ 2025 г.

**Десятидневное цикличное меню полдников, стоимостью 120 рублей**

**День:** 9 Четверг

**Неделя:** 2

| Год изд.сборника | № рец. | Прием пищи, наименование блюд | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | Б | Ж | У | |
| 2011 | 71 | Помидор свежий | 30 | 0,33 | 0,06 | 1,14 | 7,23 |
| 2008 | 10.39 | Гуляш из филе курицы | 50/50 | 13,90 | 5,10 | 4,47 | 137,80 |
| ТТК | 4.7 | Каша гречневая рассыпчатая "по-домашнему" | 150 | 3,60 | 4,60 | 10,40 | 97,40 |
| ТТК | 15.2 | Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 20 | 1,60 | 0,85 | 10,20 | 46,00 |
| ТТК | 13.4 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,60 | 0,10 | 23,50 | 97,20 |
| **Итого за прием пищи** | | | **500** | **19,70** | **10,65** | **48,57** | **378,40** |
| **Итого за день** | | | | **19,70** | **10,65** | **48,57** | **378,40** |

Заведующий производством_____

**СОГЛАСОВАНО**

Директор _____

_____

_____ 2025 г.

**УТВЕРЖДАЮ**

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

_____ Камедин А.В.

_____ 2025 г.

**Десятидневное цикличное меню полдников, стоимостью 120 рублей**

**День:** 10 Пятница

**Неделя:** 2

| Год изд.сборника | № рец. | Прием пищи, наименование блюд | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | Б | Ж | У | |
| ТТК | 1.1 | Огурец солёный порционно | 30 | 0,24 | 0,03 | 0,60 | 3,30 |
| ТТК | 10.40 | Биточки мясные | 50 | 7,60 | 7,23 | 6,90 | 152,00 |
| ТТК | 4.2 | Ризотто (рис с овощами) | 150 | 2,90 | 7,43 | 17,06 | 146,70 |
| ТТК | 15.2 | Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 20 | 1,60 | 0,85 | 10,20 | 46,00 |
| ТТК | 13.1 | Компот из свежих яблок | 200 | 0,20 | 0,20 | 20,10 | 87,80 |
| **Итого за прием пищи** | | | **450** | **12,54** | **15,74** | **54,86** | **435,80** |
| **Итого за день** | | | | **12,54** | **15,74** | **54,86** | **435,80** |

Заведующий производством _____