

СОГЛАСОВАНО  
 Директор *Тройцкая И.В.*  
*12.01.2025* 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ  
 Генеральный директор АО "КСП "Парголово"  
 Камедин А.В.  
 2025 г.

Циклическое двухнедельное меню для предоставления рационов горячего питания (комплексный обед) на платной основе

Наименование	Выход,	№ рецептуры или технологической карты	Белки	Жиры	Угле-воды,	Энергетическая ценность, ккал.
	г		Всего	Всего	Всего	
			г	г	г	
<b>1 день</b>						
<b>Комплексный обед</b>						
Салат "Витаминный"	60	2022-35	0,71	3,20	4,60	50,40
Рассольник "Ленинградский" с перловой крупой, отварной курицей и сметаной	200/5/5	2008-82/1	4,10	5,60	17,80	138,00
Котлета куриная	90	2016-324/8	9,40	5,30	8,70	120,10
Пюре картофельное	150	2008-235	3,70	6,40	24,30	169,20
Хлеб / Батон	50/40	2008-15,4	4,80	1,00	23,80	123,40
Морс ягодный	200	тتك-1289	0,50	0,10	24,10	99,30

Наименование	Выход,	№ рецептуры или технологической карты	Белки	Жиры	Угле-воды,	Энергетическая ценность, ккал.
	г		Всего	Всего	Всего	
			г	г	г	
<b>2 день</b>						
<b>Комплексный обед</b>						
Салат из свеклы с сыром	60	тتك-1284	4,00	8,00	6,80	115,20
Суп-лапша домашняя с птицей	200/5	2012	4,40	2,90	16,15	125,70
Шашлык куриный	100	тتك-1253	5,60	6,90	5,10	104,90
Картофель по-деревенский	150	тتك-233	6,50	6,40	39,50	254,40
Хлеб / Батон	50/40	2008-15,4	4,80	1,00	23,80	123,40
Чай с сахаром	200	2008-430	0,20	0,01	15,00	60,00

Наименование	Выход,	№ рецептуры или технологической карты	Белки	Жиры	Угле-воды,	Энергетическая ценность, ккал.
	г		Всего	Всего	Всего	
			г	г	г	
<b>3 день</b>						
<b>Комплексный обед</b>						
Салат из свежих овощей	60	тتك-1,6	1,02	5,30	4,36	88,60

Борщ с капустой и картофелем, отварной говядиной и сметаной	200/5/5	200876/1	3,00	5,60	9,30	99,60
Плов из птицы	240	тгк-4,16	13,74	12,16	46,80	372,53
Хлеб / Батон	50/40	2008-15,4	4,80	1,00	23,80	123,40
Морс ягодный	200	тгк-1289	0,50	0,10	24,10	99,30

Наименование	Выход,	№ рецептуры или технологической карты	Белки	Жиры	Угле-воды,	Энергетическая ценность, ккал.
	г		Всего	Всего	Всего	
			г	г	г	
<b>4 день</b>						
<b>Комплексный обед</b>						
Винегрет овощной	60	2022-50	1,48	0,84	6,06	37,72
Суп картофельный с горохом и гречками	200/10	2012-81	6,20	4,40	20,75	147,40
Шницель куриный натуральный	100	тгк-1259	18,50	9,00	6,50	181,00
Каша гречневая	150	тгк-4,7/1	4,80	6,10	50,27	275,18
Хлеб / Батон	50/40	2008-15,4	4,80	1,00	23,80	123,40
Компот из яблок	200	тгк-365	0,20	0,20	5,90	28,20

Наименование	Выход,	№ рецептуры или технологической карты	Белки	Жиры	Угле-воды,	Энергетическая ценность, ккал.
	г		Всего	Всего	Всего	
			г	г	г	
<b>5 день</b>						
<b>Комплексный обед</b>						
Салат из свежей капусты с огурцом	60	тгк-1,6	1,02	5,30	4,36	88,60
Суп картофельный с мясными фрикадельками	200/25	тгк-1272	2,76	2,50	6,25	58,54
Биточки из свинины паровые	90	тгк-306	19,10	13,20	11,60	241,60
Картофель жареный (из вареного)	150	тгк-1234	2,10	3,50	16,00	105,90
Хлеб / Батон	50/40	тгк-15,4	4,80	1,00	23,80	123,40
Напиток из апельсинов	200	тгк-462	0,00	0,00	3,40	13,60

Наименование	Выход,	№ рецептуры или технологической карты	Белки	Жиры	Угле-воды,	Энергетическая ценность, ккал.
	г		Всего	Всего	Всего	
			г	г	г	

		№ рецептуры или технологиче- ской карты	г	г	г	
<b>6 день</b>						
<b>Комплексный обед</b>						
Салат "Витаминный"	60	ттк-35	0,71	3,20	4,60	50,40
Суп-лапша домашняя с птицей	200/5	2012-82	4,40	2,90	16,15	125,70
Жаркое по-Домашнему со свининой	240	2022-174	12,50	14,94	23,20	277,26
Хлеб / Батон	50/40	ттк-15,4	4,80	1,00	23,80	123,40
Чай с лимоном	200	2008-434/1	0,20	0,00	11,00	44,80

Наименование	Выход,	№ рецептуры или технологиче- ской карты	Белки	Жиры	Угле-воды,	Энергети- ческая ценность, ккал.
	г		Всего	Всего	Всего	
			г	г	г	
<b>7 день</b>						
<b>Комплексный обед</b>						
Салат из свеклы с сыром	60	ттк-1284	4,00	8,00	6,80	115,20
Щи из свежей капусты с курицей и сметаной	200/5	200876/1	3,00	5,60	9,30	99,60
Котлеты Домашние	100	ттк-125	18,50	9,00	6,50	181,00
Макароны отварные	150	2008-431	6,50	6,40	39,50	254,40
Хлеб / Батон	50/40	ттк-15,4	4,80	1,00	23,80	123,40
Компот из сухофруктов	200	ттк-13,4	0,60	0,10	23,50	97,30

Наименование	Выход,	№ рецептуры или технологиче- ской карты	Белки	Жиры	Угле-воды,	Энергети- ческая ценность, ккал.
	г		Всего	Всего	Всего	
			г	г	г	
<b>8 день</b>						
<b>Комплексный обед</b>						
Винегрет овощной	60	2022-50	1,48	0,84	6,06	37,72
Рассольник Ленинградский с перловой крупой, отварной курицей и сметаной	200/5/5	ттк-82/1	4,10	5,60	17,80	138,00
Тефтели из свинины в томатном соусе	70/30	ттк-9,15	7,91	10,65	10,67	170,08
Картофельное пюре	150	2008-235	3,70	6,40	24,30	169,20
Хлеб / Батон	50/40	ттк-15,4	4,80	1,00	23,80	123,40
Морс ягодный	200	ттк-1289	0,50	0,10	24,10	99,30

Наименование	Выход,	№ рецептуры или технологиче- ской карты	Белки	Жиры	Угле-воды,	Энергети- ческая ценность,
	г		Всего	Всего	Всего	
			г	г	г	

		технологической карты	г	г	г	ккал.
<b>9 день</b>						
<b>Комплексный обед</b>						
Салат из свежей капусты с огурцом	60	тТК-1,6	1,02	5,30	4,36	88,50
Солянка Домашняя с мясными продуктами	200/5	тТК-76/1	3,00	5,60	9,30	99,60
Шницель куриный натуральный	100	тТК-1259	18,50	9,00	6,50	181,00
Картофель жареный (из вареного)	150	тТК-1234	2,10	3,50	16,00	103,90
Хлеб / Батон	50/40	2008-15,4	4,80	1,00	23,80	123,40
Чай с сахаром	200	2008-430	0,20	0,01	15,00	60,00

Наименование	Выход,	№ рецептуры или технологической карты	Белки	Жиры	Угле-воды,	Энергетическая ценность, ккал.
	г		Всего	Всего	Всего	
			г	г	г	
<b>10 день</b>						
<b>Комплексный обед</b>						
Салат "Мясной"	60	тТК-1226	2,70	11,80	13,70	94,50
Суп картофельный с мясными фрикадельками	200/25	тТК-1272	2,76	2,50	6,25	58,54
Биточки рубленые из птицы с соусом белым	80	тТК-324	9,40	5,30	8,70	120,10
Рис отварной	150	2024-349	3,20	4,35	12,62	94,50
Хлеб / Батон	50/40	2008-15,4	4,80	1,00	23,80	123,40
Чай с сахаром	200	2008-430	0,20	0,01	15,00	60,00