

СОУ ЛАСОВАНО

Директор

Д.А. Велюева

01.09.2026 г.



УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "КСН "Парголово"

Камелин А.В.

2026 г.



Писменное двухнедельное меню подликов по 120 рублей

Наименование	Выход,	Технологическая и нормативная документация / сборник рецептов/	№ рецептуры или технологическая карта	Белки	Жиры	Углеводы,	Энергетическая ценность, ккал.
	г			Всего	Всего	Всего	
	г			г	г	г	

1 день

Подликов							
Компот из кураги	200	2024	424	1,00	0,06	17,20	73,00
Яблоки	150	2008	9,1	1,00	1,00	24,50	111,00
Булочка Восточная	70	2008	471	5,00	4,20	38,10	212,80
Итого за прием пищи:	420,00			7,00	5,26	79,80	396,80
Всего за день:	420,00			7,00	5,26	79,80	396,80
Наименование	Выход,	Технологическая и нормативная документация / сборник рецептов/	№ рецептуры или технологическая карта	Белки	Жиры	Углеводы,	Энергетическая ценность, ккал.
	г			Всего	Всего	Всего	
	г			г	г	г	

2 день										
Подлик										
Сок в ассортименте	200	2024	469	0,80	0,00	20,60	84,00			
Сдоба обыкновенная	70	2008	464	5,04	2,94	37,20	197,40			
Мандарины	150	2008	9,8	2,00	0,50	18,75	87,50			
Итого за прием пищи:	420			7,84	3,44	76,55	368,90			
Всего за день:	420			7,84	3,44	76,55	368,9			
Наименование	Выход,		Технологическая и нормативная документация /борник рецептов/	№ рецептуры или технологического и карты	Белки		Жиры		Углеводы, Всего	Энергетическая ценность, ккал.
	г				Всего		Всего			
					г		г			

3 день									
Подпись									
Компот из апельсинов	200	2024	422	0,40	0,10	10,00	43,00		
Пирожки с яблоком	75	2024	479	4,30	1,80	33,00	165,00		
Яблоко свежее	150	2008	9,1	1,00	1,00	24,50	111,00		
Итого за прием пищи:	425			5,70	2,9	67,50	319,00		
Всего за день:	425			5,70	2,90	67,50	319,00		
Наименование	Выход,	Технологическая и нормативная документация /обороты/ рецептур/	№ рецептуры или технологический карт	Белки	Жиры	Углеводы,	Энергетическая ценность, ккал.		
	г			Всего	Всего	Всего			
	г			г	г	г			

4 день									
Подлинник									
Сок в асортименте	200	2024	469	0,80	0,00	20,60	84,00		
Булочка с маком	70	2008	471	5,00	4,20	38,10	212,80		
Апельсины	150	2008	9,6	2,25	0,50	20,25	94,50		
Итого за прием пищи:	420			8,05	4,70	78,95	391,30		
Всего за день:	420			8,05	4,7	78,95	391,3		
Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептов/	№ рецептуры или технологического и карты	Белки	Жиры	Углеводы,	Энергетическая ценность, ккал.		
				Всего	Всего	Всего			
				г	г	г			

5 день

Подлинник

Компот из изюма	200	2024	424	0,44	0,08	18,30	76,00
Булочка Ванильная	70	2011	422	5,62	5,85	39,96	234,60
Мюсли	150	2008	9,1	1,00	1,00	24,50	111,00
Итого за прием пищи:	420			7,06	6,93	82,76	421,6
Всего за день:	420			7,06	6,93	82,76	421,6
Наименование	Выход,	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептов/	№ рецептуры или технологический карты	Белки	Жиры	Углеводы,	Энергетическая ценность, ккал.
	г			Всего	Всего	Всего	
				г	г	г	

6 день

Подлинник

Подлинник											
Чай с сахаром и лимоном	200/5	2008	431	0,30	0,30	15,20	62,00				
Мандарины	150	2008	9,8	2,0	0,5	18,75	87,5				
Ватрушка с творогом	75	2024	483	10,10	9,60	25,50	198,00				
Итого за прием пищи:	430			12,40	10,40	59,45	347,50				
Всего за день:	430,00		0,00	12,40	10,40	59,45	347,50				
Наименование			Технологическая и нормативная документация /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологический карты	Белки		Жиры		Углеводы,		Энергетическая ценность, ккал.
					г	Всего	г	Всего	г	Всего	

7 день										
Подлинник										
Компот из свежих яблок	200	2024	418	0,15	0,14	19,90	82,00			
Пирожки с яблоком	75	2024	479	4,30	1,80	33,00	165,00			
Груши	150	2021	82	1,00	0,75	25,75	117,50			
Итого за прием пищи:	425			5,45	2,69	78,65	364,5			
Всего за день:	425,00	0,00	0,00	5,45	2,69	78,65	364,50			
Наименование	Выход,	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептов/	№ рецептуры или технологический карты	Белки		Жиры		Углеводы,		Энергетическая ценность, ккал.
	г			Всего	Всего	Всего	Всего			
	г			г	г	г	г			

8 день									
Завтрак									
Полдник									
Компот из апельсинов	200	2024	422	0,40	0,10	10,00	43,00		
Сюба обыкновенная	70	2008	464	5,04	2,94	37,2	197,4		
Апельсины	150	2008	9,6	2,25	0,50	20,25	94,50		
Итого за прием пищи:	420			7,69	3,54	67,45	334,90		
Всего за день:	420,00			7,69	3,54	67,45	334,90		
Наименование	Выход,		Технологическая и нормативная документация /оборудование/ рецептур/	№ рецептуры или технологический карт	Белки		Жиры	Углеводы,	Энергетическая ценность, ккал.
	г				Всего				
					г	г	г		

9 день									
Завтрак									
Полдник									
Чай с сахаром и лимоном	200/5	2008	431	0,30	0,30	15,20	62,00		
Булочка вешушка	70	2008	471	5,00	4,20	38,10	212,80		
Яблоки	150	2008	9,1	1,00	1,00	24,50	111,00		
Итого за прием пищи:	425			6,30	5,50	77,80	385,80		
Всего за день:	425			6,30	5,50	77,80	385,80		
Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологического и карты	Белки		Жиры		Углеводы,	
				Всего		Всего		Всего	
				г		г		г	

10 день											
Завтрак											
Подпись											
Компот из сухофруктов	200	2024	425	0,60	0,07	17,00	71,00				
Булочка домашняя	50	2024	499	5,73	5,93	14,67	180,00				
Мандарины	150	2008	9,8	2,00	0,50	18,75	87,50				
Итого за прием пищи:	400			8,33	6,50	50,42	338,50				
Всего за день:	400,00			8,33	6,50	50,42	338,50				
Наименование			Технологическая и нормативная документация /борник рецептов/	№ рецептуры или технологического и карты	Белки			Жиры		Углеводы, Всего	Энергетическая ценность, ккал.
					Всего			Всего			
					г			г			
					г			г			

11 день									
Завтрак									
Подлик									
Компот из кураги	200	2024	424	1,00	0,06	17,20	73,00		
Груши	150	2021	82	1,00	0,75	25,75	117,50		
Булочка Ванильная	70	2011	422	5,62	5,85	39,96	234,60		
Итого за прием пищи:	420			7,62	6,66	82,91	425,10		
Всего за день:	420			7,62	6,66	82,91	425,1		
Наименование	Вытол.	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептов/	№ рецептуры или технологический карты	Белки	Жиры	Углеводы,	Энергетическая ценность, ккал.		
	г			Всего	Всего	Всего			
				г	г	г			