

Согласовано:

Заместитель директора - руководитель
Центра образования «Фоминский» МОУ
«Образовательный комплекс» «Открытие»



Мохова Л.Н

Утверждаю:

Индивидуальный предприниматель



Архиповский М.В.

Меню

От 03 декабря 2025 г.

возрастная категория от 7-11 лет

	Завтрак	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Сборник рецептур
1	Рис отварной	150	16-30	3,7	4,8	36,5	203,5	54-6г
2	Гуляш	90	36-89	16,2	12,83	4,08	194,91	277/2012
3	Батон обогащенный микронутриентами	50	2-49	3,75	1,45	25,7	131	пром
4	Чай с сахаром и лимоном	200	3-98	0,3	0	6,7	27,9	54-3гн
5	Фрукты свежие (мандарин)	100	23-34	1,1	0,3	10,5	49	пром
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:	590	83-00	25,05	19,38	83,48	606,31	

	Обед	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Сборник рецептур
1	Овощи свежие в нарезке (помидор)	60	4-88	0,7	0,1	2,3	12,8	54-3з
2	Суп картофельный с рыбой (минтай)	200	21-06	8,38	2,6	14,6	115,38	54-20с
3	Жаркое по-домашнему	200	53-62	24,8	6,2	17,6	225,7	54-28м
4	Чай с сахаром	200	1-92	0,2	0	6,5	26,8	54-2гн
5	Хлеб ржаной	30	0-65	2	0,4	10	51,2	пром
6	Хлеб пшеничный	60	0-87	3,6	0,5	29,5	140,6	пром
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:	750	83-00	39,78	9,8	80,7	573,58	
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			64,83	29,18	164,18	1179,89	

Зав.производством

Коровкина Н.В.

Ответственный за питание

Котенева М.А.

Согласовано:

Заместитель директора - руководитель

Центра образования «Фоминский» МОУ

«Образовательный комплекс» «Открытие»

Мохова Л.Н.



Утверждаю:

Индивидуальный предприниматель

Архиповский М.В.



Меню

От 03 декабря 2025 г.

возрастная категория от 12-18 лет

	Завтрак	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Сборник рецептов
1	Рис отварной	150	16-30	3,7	4,8	36,5	203,5	54-6г
2	Гуляш	90	36-89	16,2	12,83	4,08	194,91	277/2012
3	Батон обогащенный микронутриентами	50	2-49	3,75	1,45	25,7	131	пром
4	Чай с сахаром и лимоном	200	3-98	0,3	0	6,7	27,9	54-3гн
5	Фрукты свежие (мандарин)	100	23-34	1,1	0,3	10,5	49	пром
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:	590	83-00	25,05	19,38	83,48	606,31	

	Обед	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Сборник рецептов
1	Овощи свежие в нарезке (помидор)	100	4-88	0,75	0,1	2,45	13,65	54-3з
2	Суп картофельный с рыбой (минтай)	250	21-06	8,58	2,7	14,9	118,2	54-20с
3	Жаркое по-домашнему	250	53-62	25,4	6,4	18,04	231,3	54-28м
4	Чай с сахаром	200	1-92	0,2	0	6,5	26,8	54-2гн
5	Хлеб ржаной	30	0-65	2	0,4	10	51,2	пром
6	Хлеб пшеничный	60	0-87	3,6	0,5	29,5	140,6	пром
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:	890	83-00	40,63	10,1	81,59	582,85	
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			65,68	29,48	165,07	1189,16	

Зав.производством

Ответственный за питание



Коровкина Н.В.

Котенева М.А.