



Согласовано:

Директор МОУ Фоминская СШ

Мохова Л.Н.

Утверждаю:
Индивидуальный предприниматель
Архиповский М.В.



Меню

От 10 января 2024 г.

возрастная категория от 7-11 лет

	Завтрак	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Сборник рецептур
1	Рис отварной	150	14-84	3,7	4,8	36,5	203,5	54-6г
2	Гуляш из свинины	80	37-14	14,4	11,4	3,63	173,25	277/2012
3	Батон обогащенный микронутриентами	50	1-50	3,75	1,45	25,7	131	пром
4	Чай с сахаром	200	1-62	0,2	0	6,5	26,8	54-2гн
5	Фрукты свежие (мандарин)	100	19-90	1,1	0,3	10,5	49	пром
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:	580	75-00	23,25	17,95	83,03	584,65	

	Обед	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Сборник рецептур
1	Овощи свежие в нарезке (помидор)	60	14-10	0,7	0,1	2,3	12,8	54-3з
2	Суп картофельный с рыбой(минтай)	200	14-79	8,38	2,6	14,6	115,38	54-20с
3	Жаркое по-домашнему	200	40-11	24,8	6,2	17,6	225,7	54-28м
4	Чай с сахаром и лимоном	200	3-90	0,3	0	6,7	27,9	54-3гн
5	Хлеб ржаной	30	1-00	2	0,4	10	51,2	пром
6	Хлеб пшеничный	60	1-10	3,6	0,5	29,5	140,6	пром
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:	750	75-00	39,78	9,8	80,7	573,58	
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			63,03	27,75	163,73	1158,23	

Зав.производством

Ответственный за питание

в МОУ Фоминская СШ

Коровкина Н.В.

Котенева М.А.

Согласовано:

Директор МОУ Фоминская СШ


Мохова Л.Н.

Утверждаю:

Индивидуальный предприниматель


Архиповский М.В.

Меню

От 10 января 2024 г.

возрастная категория от 12-18 лет

	Завтрак	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Сборник рецептов
1	Рис отварной	150	14-84	3,7	4,8	36,5	203,5	54-6г
2	Гуляш из свинины	80	37-14	14,4	11,4	3,63	173,25	277/2012
3	Батон обогащенный микронутриентами	50	1-50	3,75	1,45	25,7	131	пром
4	Чай с сахаром	200	1-62	0,2	0	6,5	26,8	54-2гн
5	Фрукты свежие (мандарин)	100	19-90	1,1	0,3	10,5	49	пром
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:	580	75-00	23,25	17,95	83,03	584,65	

	Обед	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Сборник рецептов
1	Овощи свежие в нарезке(помидор)	100	14-10	0,75	0,1	2,45	13,65	54-3з
2	Суп картофельный с рыбой(минтай)	250	14-79	8,58	2,7	14,9	118,2	54-20с
3	Жаркое по-домашнему из курицы	250	40-11	25,4	6,4	18,04	231,3	54-28м
4	Чай с сахаром и лимоном	200	3-90	0,3	0	6,7	27,9	54-3гн
5	Хлеб ржаной	30	1-00	2	0,4	10	51,2	пром
6	Хлеб пшеничный	60	1-10	3,6	0,5	29,5	140,6	пром
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:	890	75-00	40,63	10,1	81,59	582,85	
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			63,88	28,05	164,62	1167,5	

Зав.производством

Ответственный за питание

в МОУ Фоминская СШ


Коровкина Н.В.


Котенева М.А.



Согласовано:

Директор МОУ Фоминская СШ
Мохова Л.Н.

Утверждаю:

Индивидуальный предприниматель
Архиповский М.В.



Меню

г.п.д

От 10 января 2024 г.

	Обед	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Сборник рецептур
1	Суп картофельный с рыбой (минтай)	200	14-79	8,38	2,6	14,6	115,38	131/1996
2	Жаркое по-домашнему из курицы	200	40-11	24,8	6,2	17,6	342,12	394/1996
3	Напиток витаминизированный Витошка	200	9-60	0	0	6	4	пром
4	Хлеб ржаной	30	0-50	2	0,4	10	51,2	пром
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:	630	65-00	35,18	9,2	48,2	512,7	

Зав.производством
Ответственный за питание
в МОУ Фоминская СШ

Коровкина Н.В.
Котенева М.А.