

Согласовано:

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



Мохова Л.Н.

Утверждаю:

Индивидуальный предприниматель



Архиповский М.В.

Меню

От 13 октября 2025 г.

возрастная категория от 7-11 лет

	Завтрак	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Сборник рецептур
1	Каша «Дружба»	200	26-95	5	5,8	24,1	168,9	54-16к
2	Сыр твердых сортов в нарезке	15	15-87	3,5	4,4	0	53,7	54-1з
3	Масло сливочное	10	12-80	0,1	7,2	0,1	66,1	53-19з
4	Фрукты свежие	100	22-97	0,8	5,5	4,3	67,1	338/2011
5	Чай с сахаром	100	1-92	0,2	0	26,8	67,1	54-2гн
6	Батон обогащенный микронутриентами	50	2-49	3,75	1,45	25,7	131	пром
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:	575	83-00	13,35	24,35	60,7	513,6	

	Обед	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Сборник рецептур
1	Овощи свежие в нарезке (огурец)	60	6-51	0,5	0,1	1,5	8,5	54-2з
2	Рассольник Ленинградский	200	13-94	4,74	5,8	13,62	128,2	54-3с
3	Гуляш из говядины	90	36-89	14,9	14,41	3,52	187,5	54-2м
4	Рис припущенный	150	17-52	3,5	4,8	35	196,9	54-7г
5	Чай с сахаром и лимоном	200	3-98	0,3	0	6,7	27,9	54-3гн
6	Хлеб ржаной	30	1-94	2	0,4	10	51,2	пром
7	Хлеб пшеничный	60	2-22	3,6	0,5	29,5	140,6	пром
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:	790	83-00	29,54	26,01	99,84	740,8	
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			42,89	50,36	160,54	1254,4	

Зав.производством

Коровкина Н.В.

Ответственный за питание

Котенева М.А.

Согласовано:

Утверждаю:



Заместитель директора - руководитель
Муниципального образовательного комплекса «Фоминский» МОУ
«Образовательный комплекс» «Открытие»
Мохова Л.Н.
Мохова Л.Н.

Индивидуальный предприниматель



Архиповский М.В.

Меню

От 13 октября 2025 г.

возрастная категория от 12-18 лет

	Завтрак	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Сборник рецептур
1	Каша «Дружба»	200	26-95	5	5,8	24,1	168,9	54-16к
2	Сыр твердых сортов в нарезке	15	15-87	3,5	4,4	0	53,7	54-1з
3	Масло сливочное	10	12-80	0,1	7,2	0,1	66,1	53-19з
4	Чай с сахаром	200	1-92	0,2	0	6,5	26,8	54-2гн
5	Фрукты свежие	100	22-97	0,8	5,5	4,3	67,1	338/2011
6	Батон обогащенный микронутриентами	50	2-49	3,75	1,45	25,7	131	пром
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:	575	83-00	13,35	24,35	60,7	513,6	

	Обед	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Сборник рецептур
1	Овощи свежие в нарезке (огурец)	100	5-61	0,7	0,14	2,1	11,9	54-2з
2	Рассольник Ленинградский	250	13-94	5,9	7,25	17,02	160,25	54-3с
3	Гуляш из говядины	100	36-89	16,3	15,9	3,87	206,25	54-2м
4	Рис припущенный	180	17-52	3,6	4,9	35,7	200,8	54-7г
5	Чай с сахаром и лимоном	200	3-98	0,3	0	6,7	27,9	54-3гн
6	Хлеб ржаной	30	1-94	2	0,4	10	51,2	пром
7	Хлеб пшеничный	60	2-22	3,6	0,5	29,5	140,6	пром
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:	920	83-00	32,4	29,09	104,89	798,9	
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			45,75	53,44	165,59	1312,5	

Зав.производством

Коровкина Н.В.

Ответственный за питание

Котенева М.А.