

Согласовано:

Заместитель директора - руководитель

Центра образования «Фоминский» МОУ

«Образовательный комплекс» «Открытие»

Мохова Л.Н.

Утверждаю:

Индивидуальный предприниматель

М.В.

Меню

От 20 октября 2025 г.

возрастная категория от 7-11 лет

	Завтрак	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Сборник рецептур
1	Каша жидкая молочная рисовая	200	22=45	5,3	5,4	28,7	184,5	54-25.1к
2	Сыр твердых сортов в нарезке	15	13-23	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	Напиток витаминизированный Витошка	200	11-20	0	0	6	4	пром
5	Фрукты свежие	100	21-83	0,8	5,5	4,3	67,1	338/2011
6	Батон обогащенный микронутриентами	50	1-49	3,75	1,45	25,7	131	пром
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:	575	83-00	13,45	23,95	64,8	506,4	

	Обед	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Сборник рецептур
1	Салат из моркови и яблок	60	3-40	0,6	6,1	4,3	74,2	54-11з
2	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	20-82	4,7	4,96	10,12	110,36	54-2с
3	Котлета из курицы, соус красный основной	75/20	33-65	15	3,7	11,3	140,6	54-5м 54-3соус
4	Каша гречневая рассыпчатая	150	16-30	8,3	6,3	36	233,7	54-4г
5	Компот из смеси сухофруктов	200	6-90	0,5	0	19,8	81	54-1хн
6	Хлеб ржаной	30	0-93	2	0,4	10	51,2	пром
7	Хлеб пшеничный	60	1-00	3,6	0,5	29,5	140,6	пром
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:	795	83-00	34,7	21,96	121,02	831,66	
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			48,15	45,91	185,82	1338,06	

Зав.производством

Коровкина Н.В.

Ответственный за питание

Котенева М.А.

Согласовано:

Заместитель директора - руководитель



Мохова Л.Н.

Утверждаю:

Индивидуальный предприниматель



Архиповский М.В.

Меню

От 20 октября 2025 г.

возрастная категория от 12-18 лет

	Завтрак	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Сборник рецептов
1	Каша жидкая молочная рисовая	200	22-45	5,3	5,4	28,7	184,5	54-25.1к
2	Сыр твердых сортов в нарезке	15	13-23	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	Напиток витаминизированный Витошка	200	11-20	0	0	6	4	пром
5	Фрукты свежие	100	21-83	0,8	5,5	4,3	67,1	338/2011
6	Батон обогащенный микронутриентами	50	1-49	3,75	1,45	25,7	131	пром
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:	575	83-00	13,45	23,95	64,8	506,4	

	Обед	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Сборник рецептов
1	Салат из моркови и яблок	100	3-40	0,6	6,5	4,6	79,1	54-11з
2	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	20-82	4,8	5,08	10,3	113,1	54-2с
3	Котлета из курицы, соус красный основной	85/20	33-65	16,5	4,07	12,43	154,6	54-5м 54-3соус
4	Каша гречневая рассыпчатая	180	16-30	8,46	6,42	36,72	238,3	54-4г
5	Компот из смеси сухофруктов	200	6-90	0,5	0	19,8	81	54-1хн
6	Хлеб ржаной	30	0-93	2	0,4	10	51,2	пром
7	Хлеб пшеничный	60	1-00	3,6	0,5	29,5	140,6	пром
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:	925	83-00	36,46	22,97	123,35	857,9	
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			49,91	46,92	188,15	1364,3	

Зав.производством

Коровкина Н.В.

Ответственный за питание

Котенева М.А.