

Школа

МБОУ "Кузнецовская ООШ"

Отд./корп

День

04.09.2025



Утверждено
директор
МБОУ "Кузнецовская ООШ"
/ Т.И.Егошина

Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Хлеб	2	Бутерброд с повидлом	30	4,17	130	4	10	11
	2 блюдо	302	Каша вязкая рисовая на молоке с\м	200	15,98	188	2	6	25
	Хлеб		Хлеб ржаной	30	2,33	62	3	1	13
			Йогурт	200	25,16	132	10	6	8
Обед	Сладкое		Вафли	25		58	1	0	13
	1 блюдо	124	Щи из свежей капусты	250	30,08	138	2	3	6
	2 блюдо	369	Рыба отварная	90	28=	125	8	14	47
	гарнир	203	Картофель отварной	180	32,19	263	4	12	33
	Напиток	639	Компот из сухофруктов	200	3,73	49	0	0	37
	Хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	2,63	73	2	0	15
	Хлеб черн.		Хлеб ржаной	30,0	2,33	62	3	1	13

во время еды не отвлекайся и не разговаривай.

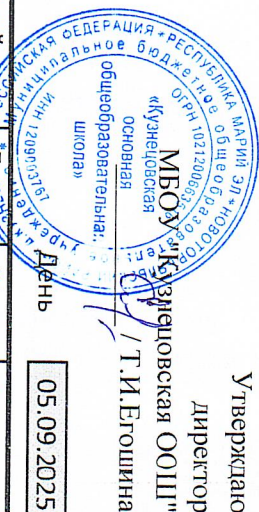
Школа

МБОУ "Кузнецовская ООШ"

Отд./корп

День

05.09.2025



Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Хлеб		Хлеб ржаной	30	2,33	62	3	1	13
	2 блюдо		Оладьи с повидлом	170	15,29	305	7	9	31
	гор напиток	693	Какао с молоком	200	12,49	170	5	5	43
	Фрукт		Яблоки свежие	100		33	5	0	9
Обед	1 блюдо	110	Борщ из свежей капусты и картофеля	200	32,46	85	2	4	11
	2 блюдо	437	Гуляш из мяса говядины	90	52,14	194	22	8	5
	гарнир	508	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,36	294	8	10	37
	напиток	686	Чай с лимоном	200	4,08	61	0	0	16
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	2,63	73	2	0	15
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	30,0	2,33	62	3	1	13

есть полезные блюда:каши и супы