

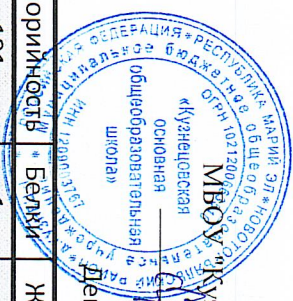
Школа

МБОУ "Кузнецовская ООШ"

Отд./корп

День

04.02.2026



Утверждаю
Директор
МБОУ "Кузнецовская ООШ"
/ Т.И.Егошина

Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	хлеб	3	Бутерброд с маслом	30	15,73	181	1	7	12
	2 блюдо	302	Каша ячневая вязкая	200	14,87	199	5	5	30
	гор напиток	685	Чай с сахаром	200	2,29	58	0	0	15
	фрукт		яблоко свежее	100	12,50	60	5	0	9
Обед	1 блюдо	110	Борщ с капустой и картофелем с мясом курицы	200	25,29	85	2	4	11
	гарнир	508	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,72	238	10	5	49
	2 блюдо	487	Курица отварная	100	33,46	145	19	7	1
	Сладкое	692	Кофе на молоке	200	9,06	136	5	3	22
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	2,78	73	2	0	15
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	30,0	2,47	62	2	1	13

не передай ,ешь в меру

Школа

МБОУ "Кузнецовская ООШ"

Отд./корп

День

05.02.2026



Утверждаю

Директор

Т.И. Егорова

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Хлеб	3	Бутерброд с сыром	45	15,73	154	7	10	9
	гор. блюдо	302	Каша вязкая пшеничная	200	15,39	286	8	8	51
	гор. напиток	630	Чай с молоком	200	6,65	55	3	2	20
	Сладкое		Пряники	30	6,90	42	2	1	9
	1 блюдо	134	Суп крестьянский с крупой, с мясом курицы	200	24,96	93	2	4	9
Обед									
	гарнир	511	Рис отварной	150	16,19	228	4	6	39
	2 блюдо	908	котлета жаренная п\ф	90	46,49	124	17	12	16
	Напиток	392	напиток из шиповника	200	5,11	94	0	0	24
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	2,78	73	2	0	15
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	40	3,29	82	3	1	17
	Сладкое								

во время еды не отвлекайся и не разговаривай.

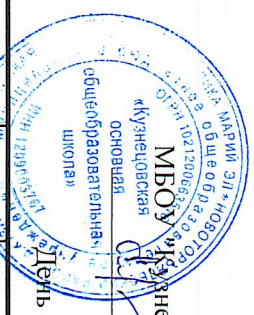
Школа

МБОУ "Кузнецовская ООШ"

Отд./корп

Дель

06.02.2026



Утверждено
Директор
МБОУ "Кузнецовская ООШ"
Т.И. Егорова

Прием пищи	Раздел	№ рел.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Велики	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска		Сыр порционный	20	18,50	73	5	6	0
	2 блюдо		Оладьи с повидлом	150	15,86	305	7	9	31
	Фрукт		Яблоко свежее	100	12,50	60	5	0	9
	Сладкое		Снежок	200	20,20	132	7	9	31
Обед	1 блюдо	181	Уха с перловой крупой с рыбой	250	32,19	223	7	8	21
	2 блюдо	436	Жаркое по-домашнему	180	58,42	250	7	7	16
	напиток	631	Компот из свежих яблок	200	3,86	144	0	0	37
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	2,78	73	2	0	15
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	30,0	2,47	62	3	1	13
	закуска	70	отурцы соленые	60	13,24	32	0	0	1

после еды отдохни,выбери спокойное занятие.

Утверждаю

директор

МБОУ "Кузнецовская ООШ"

Т.И.Ерошина

Школа

МБОУ "Кузнецовская ООШ"

Отд./корп

День

09.02.2026



Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Хлеб	3	Бутерброд с сыром	40	15,73	125	6	6	10
	2 блюдо	302	Каша вязкая гречневая на молоке	180	15,13	216	5	9	28
	Сладкое		Праники	50	11,50	71	4	1	15
	Гор.напиток	685	Чай с сахаром	200	2,29	58	0	0	15
			Хлеб ржаной	30	2,47	62	3	1	13
Обед	закуска		капуста тушеная	100	2,88	113	3	4	13
	1 блюдо	140	Суп картофельный с макаронами	200	25,70	178	5	6	17
	2 блюдо	492	Плов с курицей	180	53,92	225	14	12	25
	гарнир								
	напиток	392	Напиток из шиповника	200	5,11	94	0	0	24
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	2,78	73	2	0	15
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	30,0	2,47	73	3	0	15

мой руки перед едой.