

Утверждено

директор

МБОУ "Кузнецовская ООШ"

Основная _____ Т.И.Егошина



Школа

МБОУ "Кузнецовская ООШ"

Отд./корп

День

07.10.2025

Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Закуска	97	Сыр порционный	20	17,5	73	5	6	0
	Сладкое	120314	сырники со стущенкой	130	40,99	180	17	11	19
	Гор. напиток	693	Какао с молоком	200	11,07	170	5	5	43
	Фрукт		яблоки свежие	100		60	2	0	9
Обед									
	1 блюдо	124	Щи из свежей капусты	200	24,52	138	2	3	6
	2 блюдо	437	Г уляш из мяса говядины	90	52,13	194	22	8	5
	гарнир	516	Макароны отварные	150	13,53	240	5	9	34
	напиток	639	Компот из сухофруктов	200	3,78	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 торопись, тщательно пережевывая пищу с закрытым ртом.

Школа

МБОУ "Кузнецовская ООШ"

Отд./корп

День

08.10.2025

Прием пищи

Раздел

№ реч.

Блюдо

Выход, г

Цена

Калорийность

Белки

Жиры

Углеводы

Завтрак

хлеб

3

Бутерброд с маслом

30

15,92

181

1

7

12

2 блюдо

302

Каша ячневая вязкая

200

18,24

199

5

5

30

гор напиток

685

Чай с сахаром

200

2,36

58

0

0

15

Обед

1 блюдо

110

Борщ с капустой и картофелем с мясом курицы

200

24,44

85

2

4

11

гарнир

508

Каша гречневая рассыпчатая

150

10,36

238

10

5

49

2 блюдо

487

Курица отварная

100

31,92

145

19

7

1

Сладкое

692

Кофейный напиток на молоке

200

11,68

136

5

3

22

хлеб бел.

Хлеб пшеничный

30

2,63

73

2

0

15

хлеб черн.

Хлеб ржаной

30,0

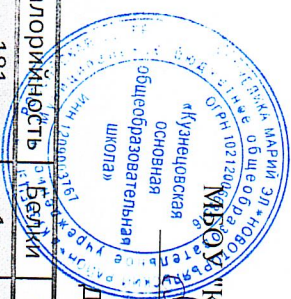
2,33

62

2

1

13



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

не передай ,ешь в меру