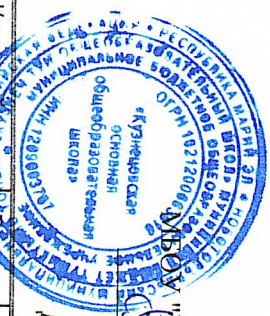


Утверждено  
 Директор  
 МБОУ "Кузнецовская ООШ" / Т.И. Егорова



Школа МБОУ "Кузнецовская ООШ" Отд./корп. День 07.05.2026

Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калории	Жиры	Углеводы
Завтрак	Хлеб	3	Бутерброд с сыром	45	15,73	154	7	9
	гор. блюдо	302	Каша вязкая пшеничная	200	15,39	286	8	51
	гор. напиток	630	Чай с молоком	200	6,65	55	3	20
	Сладкое		Пирожки	30	6,90	42	2	9
Обед	1 блюдо	134	Суп крестьянский с крупой, с мясом курицы	200	26,10	93	2	9
	гарнир	511	Рис отварной	150	16,19	228	4	39
	2 блюдо	908	котлета жаренная п\ф	90	46,49	124	17	16
	Напиток	392	напиток из шиповника	200	5,11	94	0	24
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	2,78	73	2	15
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	40	3,29	82	3	17
	Сладкое							

Во время еды не отвлекайся и не разговаривай.

Школа

МБОУ "Кузнецовская ООШ"

Отд./корп

День

08.05.2026



МБОУ "Кузнецовская ООШ"  
/ Г.И. Ерошина

Утверждено  
Директор

Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска		Сыр порционный	20	18,50	73	5	6	0
	2 Блюдо		Оладьи с повидлом	150	16,44	305	7	9	31
	Фрукт		Яблоко свежее	100	14,50	60	5	0	9
	Сладкое		Снежок	200	20,20	132	7	9	31
Обед	1 Блюдо	181	Уха с перловой крупкой с рыбой	250	32,68	223	7	8	21
	2 Блюдо	436	Жаркое по-домашнему	180	60,78	250	7	7	16
	Напиток	631	Компот из свежих яблок	200	4,26	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		огурцы соленые	60	13,24	32	0	0	1	

после еды отдохни, выбери спокойное занятие.

Школа

МБОУ "Кузнецовская ООШ"

Отд./корп

День

12.05.2026



Утверждаю  
директор  
МБОУ "Кузнецовская ООШ"  
/ Т.И.Ерошина

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	хлеб	3	Бутерброд с маслом	40	15,73	161	2	11	10
	гор. блюдо	302	Каша вязкая пшеничная на молоке	180	15,06	234	13	7	44
	фрукт		Мандарины	100	18,50	37	1	5	18
	гор. напиток	693	Какао с молоком	200	10,66	170	5	5	43
Обед	закуска								
	1 блюдо	181	Уха с перловой крутой	200	32,68	178	5	6	17
	гарнир	516	Макаронны отварные	150	13,34	240	5	9	34
	2 блюдо	908	Котлета жаренная п/ф	90	46,49	124	17	12	16
	Напиток	631	Компот из свежих яблок	200	4,26	144	0	0	37
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	2,78	73	2	0	15
хлеб черн.		Хлеб ржаной	30	2,47	62	3	1	13	

НЕ ЕШЬ МНОГО СЛАДКИХ, СОЛЕННЫХ, ЖАРЕННЫХ ПРОДУКТОВ.



Утверждено

директор

МБОУ "Кузнецовская ООШ"

/ Т.И.Ерошина

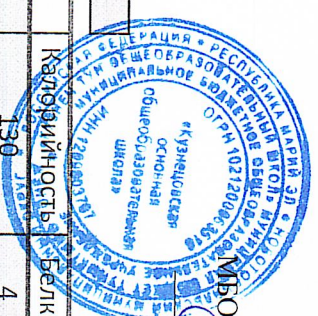
Школа

МБОУ "Кузнецовская ООШ"

Отд./корп

День

14.05.2026



Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность, ккал	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Хлеб	2	Бутерброд с повидлом	30	4,83	130	4	10	11
	2 Блюдо	302	Каша вязкая рисовая на молоке с\м	200	18,85	188	2	6	25
	Хлеб		Хлеб ржаной	30	2,33	62	3	1	13
Обед			Йогурт	200	25,16	132	10	6	8
			Вафли	25	14,50	58	1	0	13
	1 Блюдо	124	Щи из свежей капусты	250	26,86	138	2	3	6
	2 Блюдо	369	Рыба отварная	90	27,30	125	8	14	47
	гарнир	203	Картофельное пюре с маслом	180	16,99	183	21	18	5
	Напиток	639	Компот из сухофруктов	200	3,56	49	0	0	37
			Хлеб бел.	30	2,78	73	2	0	15
			Хлеб черн.	30,0	2,47	62	3	1	13

во время еды не отвлекайся и не разговаривай.

Школа

МБОУ "Кузнецовская ООШ"

Отд./корп

День

15.05.2026



МБОУ "Кузнецовская ООШ"  
 / Т.И.Егошина

Утверждено  
 директор

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Хлеб		Хлеб ржаной	30	2,47	62	3	1	13
	2 Блюдо		Оладьи с повидлом	170	18,62	305	7	9	31
	гор напиток	693	Какао с молоком	200	13,95	170	5	5	43
	Фрукт		Яблоки свежие	100	14,50	33	5	0	9
Обед	1 Блюдо	110	Борщ из свежей капусты и картофеля	200	26,18	85	2	4	11
	2 Блюдо	437	Гуляш из мяса говядины	90	55,43	194	22	8	5
	гарнир	508	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,03	294	8	10	37
	Напиток	686	Чай с лимоном	200	4,41	61	0	0	16
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	2,78	73	2	0	15
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	30,0	2,47	62	3	1	13

есть полезные блюда: каши и супы

Школа

МБОУ "Кузнецовская ООШ"

Отд./корп

День

18.05.2026

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	161	Суп молочный с круглой рис	200	18,14	188	6	8	23
	Напиток	707	Сок натуральный	200	22=	96	0	0	16
	Хлеб	2	Хлеб пшеничный	40	3,70	118	1	3	21
	сладкое		Печенье	30	9=	66	2	3	10
Обед	1 блюдо	140	Суп картофельный с макарон.изд	200	27,55	178	5	6	17
	2 блюдо	492	Глов из курицы	180	53,92	225	14	12	25
	Закуска	2586	Зеленый горошек	100	12,62	106	5	9	9
	Хлеб бел.		Хлеб пшеничный	40	3,70	97	2	0	15
	Хлеб черн.		Хлеб ржаной	30,0	2,47	62	3	1	13
Напиток	631	Компот из свежих яблок	200	4,26	144	0	0	37	



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

Мой руки перед едой

Школа

МБОУ "Кузнецовская ООШ"

Отд./корп



Утверждено  
 Директор  
 МБОУ Кузнецовская ООШ  
 / Т.И.Ерошина

День

19.05.2026

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность, ккал	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак	Закуска	97	Сыр порционный	20	18,5	73	5	6
	Сладкое	120314	сырники со сметанкой	130	48,72	180	17	11
	Гор. напиток	693	Какао с молоком	200	15,36	170	5	5
Обед	Фрукт		мандарины	100	18,50	37	1	5
	1 Блюдо	124	Щи из свежей капусты	200	27,02	138	2	3
	2 Блюдо	437	Гуляш из мяса говядины	90	55,27	194	22	8
	Напиток	639	Макаронны отварные	150	13,34	240	5	9
	Хлеб бел.		Компот из сухофруктов	200	3,56	49	0	0
			Хлеб пшеничный	30	2,78	73	2	0
			Хлеб ржаной	30,0	2,47	62	3	1

во время еды не торопись, тщательно пережевывай пищу с закрытым ртом.