Утверждаю
директор
МБОУ "Кузнецовская ООШ"
_____ / Т.И.Егошина

Школа МБОУ "Кузнецовская ООШ" Отд./корп

День 08.04.2026

Прием пищи	Раздел	№ рец.	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	14,60	199	5	5	30
	гор напиток	685	Чай с сахаром	200	2,29	58	0	0	15
	фрукт		яблоко свежее	100	14,50	60	5	0	9
Обед	1 блюдо	110	Борщ с капустой и картофелем с мясом курицы	200	26,90	85	2	4	11
	гарнир	508	Каша гречневая рассыпчатая	150	10,03	238	10	5	49
	2 блюдо	487	Курица отварная	100	33,46	145	19	7	1
	Сладкое	692	Кофе на молоке	200	8,63	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 переедай ,ешь в меру