

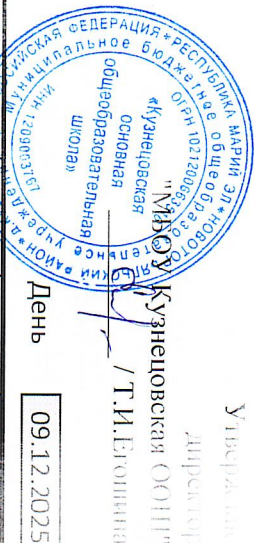
Школа

МБОУ "Кузнецовская ООШ"

Отд./корп

День

09.12.2025



Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Закуска	97	Сыр порционный	20	17,5	73	5	6	0
	Сладкое	120314	сырники со сгущенкой	130	48,80	180	17	11	19
	Гор. напиток	693	Какао с молоком	200	14,37	170	5	5	43
	Фрукт		мандарины	100	21,00	37	1	5	18
Обед									
	1 блюдо	124	Щи из свежей капусты	200	25,30	138	2	3	6
	2 блюдо	437	Гуляш из мяса говядины	90	52,07	194	22	8	5
	гарнир	516	Макароны отварные	150	13,34	240	5	9	34
	напиток	639	Компот из сухофруктов	200	3,70	49	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

во время еды не торопиться, тщательно пережевывать пищу с закрытым ртом.

Школа

МБОУ "Кузнецовская ООШ"

ОТД./корп



День

10.12.2025

Утверждено

директор

/ Т.И.Ерошина

Прием пищи	Раздел	№ рел.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Жиры	Углеводы
Завтрак	хлеб	3	Бутерброд с маслом	30	15,73	181,00	1	12
	2 блюдо	302	Каша ячневая вязкая	200	18,05	199	5	30
	гор напиток	685	Чай с сахаром	200	2,40	58	0	15
	фрукт		яблоко свежее	100	12,50	60	5	9
Обед	1 блюдо	110	Борщ с капустой и картофелем с масом курицы	200	25,22	85	2	11
	гарнир	508	Каша гречневая рассыпчатая	150	10,03	238	10	49
	2 блюдо	487	Курица отварная	100	33,46	145	19	1
	Сладкое	692	Кофе на молоке	200	10,88	136	5	22
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	2,78	73	2	15
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	30,0	2,47	62	2	13

не передай, ешь в меру

Школа

МБОУ "Кузнецовская СОШ"

ОТД./корп

День

11.12.2025



Утверждено
Директор
"Кузнецовская СОШ"
/ Т.И. Егорова

Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Жиры	Углеводы
Завтрак	Хлеб	3	Бутерброд с сыром	45	14,98	154	7	10
	гор. блюдо	302	Каша вязкая пшеничная	200	18,57	286	8	51
	гор. напиток	630	Чай с молоком	200	8,40	55	3	20
	Сладкое		Пряники	30	6,90	42	2	9
Обед	1 блюдо	134	Суп крестьянский с крупой, с мясом курицы	200	24,99	93	2	4
	гарнир	511	Рис отварной	150	16,19	228	4	6
	2 блюдо	908	котлета жаренная п\ф	90	46,57	124	17	12
	Напиток	392	напиток из шиповника	200	5,25	94	0	0
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	2,78	73	2	0
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	40	3,29	82	3	1
	Сладкое							17

во время еды не отвлекайся и не разговаривай.

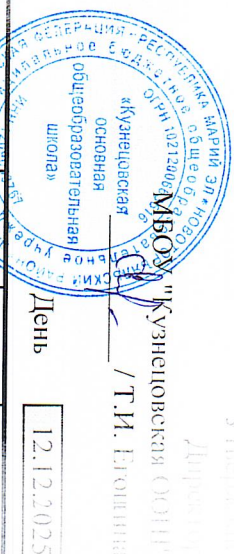
Школа

МБОУ "Кузнецовская ООШ"

Отд./корп

День

12.12.2025



Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска		Сыр порционный	20	17,50	73	5	6	0
	2 блюдо		Оладьи с повидлом	150	18,50	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	32,13	223	7	8	21
	2 блюдо	436	Жаркое по-домашнему	180	56,58	250	7	7	16
	напиток	631	Компот из свежих яблок	200	4,00	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	16	отурыцы свежие	60	9,60	56	0	0	1

после еды отдохни, выбери спокойное занятие.

Школа

МБОУ "Кузнецовская ООШ"

Отд./корм

День

15.12.2025



Затверждено
директор
МБОУ "Кузнецовская ООШ"
И.И. Грошина

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Хлеб	3	Бутерброд с сыром	40	14,98	125	6	6	10
	2 блюдо	302	Каша вязкая гречневая на молоке	180	18,50	216	5	9	28
	Сладкое		Пряники	50	11,50	71	4	1	15
	Гор.напиток	685	Чай с сахаром	200	2,40	58	0	0	15
			Хлеб ржаной	30	2,47	62	3	1	13
Обед	закуска		капуста тушеная	100	2,89	113	3	4	13
	1 блюдо	140	Суп картофельный с макаронами	200	25,60	178	5	6	17
	2 блюдо	492	Плов с курицей	180	54,19	225	14	12	25
	гарнир								
	напиток	392	Напиток из шиповника	200	5,25	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.