

Школа

МБОУ "Кузнецовская ООШ"

Отд./корп

День

09.04.2026



Утверждаю
 Директор
 МБОУ "Кузнецовская ООШ"
 Т.И. Грошина

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	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		Пряники	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					
	2 блюдо	908	котлета жаренная п\ф	150	16,19	228	4	39
	Напиток	392	напиток из шиповника	90	46,49	124	17	16
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	200	5,11	94	0	24
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	30	2,78	73	2	15
	Сладкое			40	3,29	82	3	17

Во время еды не отвлекайся и не разговаривай.

Школа

МБОУ "Кузнецовская ООШ"

Отд./корп



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

День

10.04.2026

Прием пищи	Раздел	№ рел.	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	18,62	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 крупой 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	70	огурцы соленые	60	13,24	32	0	0	1

после еды отдохни, выбери спокойное занятие.

Школа

МБОУ "Кузнецовская ООШ"

Отд./корп

День

13.04.2026

Утверждено

Директор

МБОУ "Кузнецовская ООШ"

/ Т.И.Ершнина



Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Жиры	Углеводы
Завтрак	Хлеб	3	Бутерброд с сыром	40	15,73	125	6	10
	2 блюда	302	Каша вязкая гречневая на молоке	180	15,32	216	5	28
	Сладкое		Пряники	50	11,50	71	4	15
	Гор.напиток	685	Чай с сахаром	200	2,29	58	0	15
Обед			Хлеб ржаной	30	2,47	62	3	13
	закуска		капустя тушеная	100	3,99	113	3	13
	1 блюдо	140	Суп картофельный с макаронами	200	26,45	178	5	17
	2 блюдо	492	Плов с курицей	180	54,31	225	14	25
	гарнир							
	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	30,0	2,47	73	3	15

Мой руки перед едой.

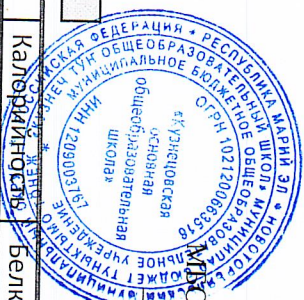
Школа

МБОУ "Кузнецовская ООШ"

Отд./корп

День

14.04.2026



МБОУ "Кузнецовская ООШ"
 / Т.И.Егошина

Утверждено

Директор

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 крупой	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.

Школа

МБОУ "Кузнецовская ООШ"

Отд./корп



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

День

15.04.2026

Прием пищи	Раздел	№ рел.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Жиры	Углеводы
Завтрак	Хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,78	73	2	0
	1блюдо	120314	Сырники со сметанкой	150	48,72	180	17	11
	Закуска	97	Сыр порционный	20	18,50	73	5	6
	Хлеб		Хлеб ржаной	30	2,47	62	3	1
Обед	гор напиток	697	Молоко кипяченое	200	24=	123	6	7
			Яблоко свежее	100	14,50	60	2	0
	1 блюдо	139	Суп гороховый с мясом кур	200	26,33	98	5	4
	2 блюдо	436	Жаркое по домашнему	180	60,78	250	8	8
	Доп. гарнир	16	огурцы соленые	100	22,06	53	0	0
	Сладкое	692	кофе на молоке	200	8,63	136	3	4
	Хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	2,78	73	2	0
Хлеб черн.		Хлеб ржаной	40,0	3,29	82	3	1	
	Сладкое							

Не передай, ешь в меру.

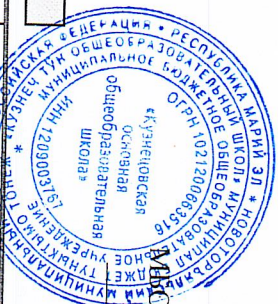
Школа

МБОУ "Кузнецовская ООШ"

Отд./корп

День

16.04.2026



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

Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	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.

