

Школа

МБОУ "Кузнецовская ООШ"

Отд./корп

День

10.10.2025



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

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска		Сыр порционный	20	15,91	73	5	6	0
	2 блюдо		Оладьи с повидлом	150	17,22	305	7	9	31
	Фрукт								
Обед	Сладкое		Снежок	200	20,20	132	7	9	31
	1 блюдо	181	Уха с перловой крупой с рыбой	250	34,07	223	7	8	21
	2 блюдо	436	Жаркое по-домашнему	180	56,45	250	7	7	16
	напиток	631	Компот из свежих яблок	200	2,48	144	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
закуска		16 огурцы свежие	60		56	0	0	1	

после еды отдохни, выбери спокойное занятие.

Школа

МБОУ "Кузнецовская ООШ"

Отд./корп

День

13.10.2025



Утверждено  
Директор  
«Кузнецовская ООШ»  
/ Г.И.Егошина

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Хлеб	3	Бутерброд с сыром	40	14,88	125	6	6	10
	2 Блюдо	302	Каша вязкая гречневая на молоке	180	17,76	216	5	9	28
	Сладкое		Пряники	50		71	4	1	15
	Гор.напиток	685	Чай с сахаром	200	2,36	58	0	0	15
Обед			Хлеб ржаной	30	2,33	62	3	1	13
			капуста тушеная	100	2,88	113	3	4	13
		140	Суп картофельный с макаронами	200	24,78	178	5	6	17
		492	Плов с курицей	180	49,90	225	14	12	25
			гарнир						
	Напиток	392	Напиток из шиповника	200	5,33	94	0	0	24
	Хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	2,63	73	2	0	15
	Хлеб черн.		Хлеб ржаной	30,0	2,33	73	3	0	15

Мой руки перед едой.