

Школа

МБОУ "Кузнецовская ООШ"

Отд./корп

День

16.02.2026



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

| Прием пищи | Раздел | № реч. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|------------|------------------------|--------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | 161 | Суп молочный с крупой рис | 200 | 18,14 | 188 | 6 | 8 | 23 |
| | Напиток | 707 | Сок натуральный | 200 | 25= | 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 | 25,80 | 178 | 5 | 6 | 17 |
| | 2 блюдо | 492 | Плов 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 | 3,86 | 144 | 0 | 0 | 37 | |

Мой руки перед едой

Утверждено

Директор

"МБОУ Кузнецовская ООШ"

/ Т.И. Ерошина



МБОУ "Кузнецовская ООШ"

Отд./корп

День

17.02.2026

Школа

| Прием пищи | Раздел | № реч. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Жиры | Углеводы |
|------------|--------------|-------------|-------------------------|----------|-------|--------------|------|----------|
| Завтрак | Закуска | 97 | Сыр порционный | 20 | 18,5 | 73 | 5 | 0 |
| | Сладкое | 120314 | сырники со слущенной | 130 | 48,72 | 180 | 17 | 19 |
| | Гор. напиток | 693 | Какао с молоком | 200 | 13,95 | 170 | 5 | 43 |
| | Фрукт | | мандарины | 100 | 21,00 | 37 | 1 | 18 |
| Обед | | | | | | | | |
| | 1 Блюдо | 124 | Щи из свежей капусты | 200 | 25,38 | 138 | 2 | 6 |
| | 2 Блюдо | 437 | Г уляш из мяса говядины | 90 | 55,27 | 194 | 22 | 5 |
| | гарнир | 516 | Макаронны отварные | 150 | 13,34 | 240 | 5 | 34 |
| | напиток | 639 | Компот из сухофруктов | 200 | 3,56 | 49 | 0 | 37 |
| | хлеб бел. | | Хлеб пшеничный | 30 | 2,78 | 73 | 2 | 15 |
| хлеб черн. | | Хлеб ржаной | 30,0 | 2,47 | 62 | 3 | 13 | |

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