

Школа

МБОУ "Кузнецовская ООШ"

Отд./корп

День

16.10.2025



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

Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Хлеб	2	Бутерброд с повидлом	30	4,18	130	4	10	11
	2 блюдо	302	Каша вязкая рисовая на молоке с\м	200	18,09	188	2	6	25
	Хлеб		Хлеб ржаной	30	2,33	62	3	1	13
			Йогурт	200	25,16	132	10	6	8
Обед	Сладкое		Вафли	25		58	1	0	13
	1 блюдо	124	Щи из свежей капусты	250	24,42	138	2	3	6
	2 блюдо	369	Рыба отварная	90	27,58	125	8	14	47
	гарнир	203	Картофель отварной	180	15,51	263	4	12	33
	Напиток	639	Компот из сухофруктов	200	3,78	49	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

во время еды не отвлекайся и не разговаривай.

Школа

МБОУ "Кузнецовская ООШ"

Отд./корп

День

17.10.2025

Утверждено
директор
МБОУ "Кузнецовская ООШ"
/ Т.И.Егошина

Секретарь
МБОУ "Кузнецовская ООШ"
/ Т.И.Егошина

МБОУ "Кузнецовская ООШ"
Основная общеобразовательная школа
ИНН 1209003161
ОГРН 1021200653333
ЧУВАШСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ • РЕСПУБЛИКА НАРΙΑИ Эл. • НОВОТОРСК
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность*	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Хлеб		Хлеб ржаной	30	2,33	62	3	1	13
	2 блюда		Оладьи с повидлом	170	17,22	305	7	9	31
	гор напиток	693	Какао с молоком	200	13,36	170	5	5	43
	Фрукт		Яблоки свежие	100		33	5	0	9
Обед	1 блюдо	110	Борщ из свежей капусты и картофеля	200	24,34	85	2	4	11
	2 блюда	437	Гуляш из мяса говядины	90	52,04	194	22	8	5
	гарнир	508	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,97	294	8	10	37
	напиток	686	Чай с лимоном	200	4,12	61	0	0	16
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	2,63	73	2	0	15
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	30,0	2,33	62	3	1	13

ещь полезные блюда:каши и супы

Школа

МБОУ "Кузнецовская ООШ"

Отд./корп

День

20.10.2025



Утверждено
директор
МБОУ "Кузнецовская ООШ"
/ Т.И.Егошина

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	161	Суп молочный с крупой рис	200	16,99	188	6	8	23
	Напиток	707	Сок натуральный	200	21,90	96	0	0	16
	хлеб	2	Хлеб пшеничный	40	3,50	118	1	3	21
	сладкое		Печенье	30		66	2	3	10
Обед	1 блюдо	140	Суп картофельный с макарон.изд.	200	24,68	178	5	6	17
	2 блюдо	492	Плов из курицы	180	49,70	225	14	12	25
	Закуска	2586	Зеленый горошек	100	12,62	106	5	9	9
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	40	3,50	97	2	0	15
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	30,0	2,33	62	3	1	13
	Напиток	631	Компот из свежих яблок	200	2,48	144	0	0	37

Мой руки перед едой