

Школа

МБОУ "Кузнецовская ООШ"

Отд./корп

День

18.02.2026



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

Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Жиры	Углеводы
Завтрак	Хлеб	3	Бутерброд с маслом	30	15,73	181	1	12
	2 Блюдо	302	Каша ячневая вязкая	200	14,87	199	5	30
	гор напиток	685	Чай с сахаром	200	2,29	58	0	15
	фрукт		яблоко свежее	100	12,50	60	5	9
Обед	1 Блюдо	110	Борщ с капустой и картофелем с мясом курицы	200	25,31	85	2	11
	гарнир	508	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,72	238	10	49
	2 Блюдо	487	Курица отварная	100	33,46	145	19	1
	Сладкое	692	Кофе на молоке	200	9,06	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

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

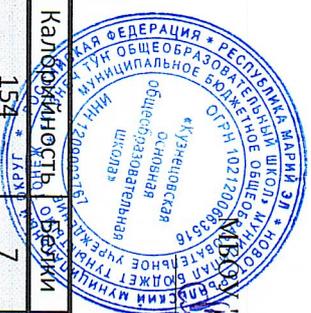
Школа

МБОУ "Кузнецовская ООШ"

Отд./корп

День

19.02.2026



Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Безжи	Жиры	Углеводы
Завтрак	Хлеб	3	Бутерброд с сыром	45	15,73	154 * 1кгх17	7	10	9
	гор. блюдо	302	Каша вязкая пшеничная	200	15,39	286	8	8	51
	гор. напиток	630	Чай с молоком	200	6,65	55	3	2	20
	Сладкое		Праники	30	6,90	42	2	1	9
Обед	1 блюдо	134	Суп крестьянский с крупой, с мясом курицы	200	25=	93	2	4	9
	гарнир	511	Рис отварной	150	16,19	228	4	6	39
	2 блюдо	908	котлета жаренная п\ф	90	46,49	124	17	12	16
	Напиток	392	напиток из шиповника	200	5,11	94	0	0	24
	Хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	2,78	73	2	0	15
	Хлеб черн.		Хлеб ржаной	40	3,29	82	3	1	17
	Сладкое								

во время еды не отвлекайся и не разговаривай.

Утверждаю

Директор

МБОУ "Кузнецовская ООШ"

/ Т.И. Ерошина



Школа

МБОУ "Кузнецовская ООШ"

Отд./корп

День

20.02.2026

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска		Сыр порционный	20	18,50	73	5	0
	2 блюдо		Оладьи с повидлом	150	15,86	305	7	31
	Фрукт		Яблоко свежее	100	12,50	60	5	9
Обед	Сладкое		Снежок	200	20,20	132	7	31
	1 блюдо	181	Уха с перловой крупой с рыбой	250	32,25	223	7	8
	2 блюдо	436	Жаркое по-домашнему	180	60,22	250	7	7
	напиток	631	Компот из свежих яблок	200	3,86	144	0	0
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	2,78	73	2	0
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	30,0	2,47	62	3	1
	закуска	70	огурцы соленые	60	13,24	32	0	1

после еды отдохни, выбери спокойное занятие.

Школа

МБОУ "Кузнецовская ООШ"

Отд./корп



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

День

24.02.2026

Прием пищи	Раздел	№ реч.	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	18,21	234	13	7	44
	фрукт		мандарины	100	21=	37	1	5	18
	гор. напиток	693	Какао с молоком	200	14,23	170	5	5	43
Обед	закуска								
	1 блюдо	181	Уха с перловой крупой	200	32,25	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	3,86	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.