

Школа

МБОУ "Кузнецовская ООШ"

Отд./корп

День

19.09.2025



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

Прием пищи	Раздел	№ рец.	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	15,30	305	7	9	31
	гор напиток	693	Какао с молоком	200	11,07	170	5	5	43
	Фрукт		Яблоки свежие	100		33	5	0	9
Обед	1 блюдо	110	Борщ из свежей капусты и картофеля	200	24,44	85	2	4	11
	2 блюдо	437	Гуляш из мяса говядины	90	52,13	194	22	8	5
	гарнир	508	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,36	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

ешь полезные блюда: каши и супы

Школа

МБОУ "Кузнецовская ООШ"

Отд./корп

День

22.09.2025



Кузнецовская ООШ"
/ Т.И. Егорошина

Утверждено

Директор

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	161	Суп молочный с крупной рис	200	14,16	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	24,78	178	5	6	17
	2 блюдо	492	Плов из курицы	180	49,90	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