

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



Школа МБОУ "Кузнецовская ООШ" Отд./кorp Цена День 02.09.2026

Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Жиры	Углеводы
Завтрак	Хлеб		Хлеб пшеничный	30	3,33	73	2	0
	1 блюдо	120314	Сырники со стущенкой	150	87,73	180	17	11
	Закуска	97	Сыр порционный	20	18,50	73	5	6
	Хлеб		Хлеб ржаной	30	3,33	62	3	1
	гор напиток	697	Молоко кипяченное	200	17,42	123	6	7
			Яблоко свежее	100	4,50	60	2	0
Обед	1 блюдо	139	Суп гороховый с мясом кур	200	27,99	98	5	4
	2 блюдо	436	Жаркое по домашнему	180	62,56	250	8	8
	Доп. гарнир	16	огурцы соленые	100	17,65	53	0	0
	Сладкое	692	кофе на молоке	200	6,36	136	3	4
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	3,33	73	2	0
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	40,0	4,44	82	3	1
	Сладкое							

не переедай,ешь в меру.

Школа

МБОУ "Кузнецовская ООШ"

Отд./корп

День

03.09.2026



МБОУ "Кузнецовская ООШ"
/ Т.И.Егошина

Утверждаю

директор

Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Ветки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Хлеб	2	Бутерброд с повидлом	30	5,51	130	4	10	11
	2 блюдо	302	Каша вязкая рисовая на молоке с\м	200	16,24	188	2	6	25
	Хлеб		Хлеб ржаной	30	3,33	62	3	1	13
			Йогурт	200	25,16	132	10	6	8
Обед	Сладкое		Вафли	25	12,50	58	1	0	13
	1 блюдо	124	Щи из свежей капусты	250	27,75	138	2	3	6
	2 блюдо	369	Рыба отварная	90	34,30	125	8	14	47
	гарнир	203	Картофельное пюре с маслом	180	15,6	183	21	18	5
	Напиток	639	Компот из сухофруктов	200	4,20	49	0	0	37
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	3,33	73	2	0	15
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	30,0	3,33	62	3	1	13

во время еды не отвлекайся и не разговаривай.

Школа

МБОУ "Кузнецовская ООШ"

Отд./корп

День

04.09.2026

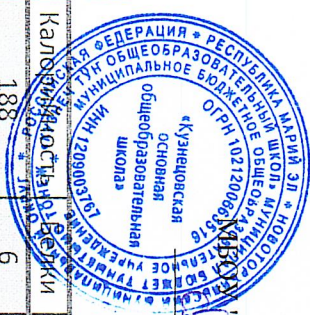


Утверждаю
директор
МБОУ "Кузнецовская ООШ"
/ Т.И.Егошина

Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	хлеб		Хлеб ржаной	30	3,33	62	3	1	13
	2 блюдо		Оладьи с повидлом	170	16,21	305	7	9	31
	гор напиток	693	Какао с молоком	200	11,18	170	5	5	43
	Фрукт		Яблоки свежие	100	4,50	33	5	0	9
Обед	1 блюдо	110	Борщ из свежей капусты и картофеля	200	27,67	85	2	4	11
	2 блюдо	437	Гуляш из мяса говядины	90	58,23	194	22	8	5
	гарнир	508	Каша гречневая рассыпчатая	180	12,39	294	8	10	37
	напиток	686	Чай с лимоном	200	3,77	61	0	0	16
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	3,33	73	2	0	15
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	30,0	3,33	62	3	1	13

ешь полезные блюда:каши и супы

Утверждено
директор
/Т.И.Егошина



Школа

МБОУ "Кузнецовская ООШ"

Отд./корп

День

07.09.2026

Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	161	Суп молочный с крутой рис	200	14,26	188	6	8	23
	Напиток	707	Сок натуральный	200	22=	96	0	0	16
	хлеб	2	Хлеб пшеничный	40	4,44	118	1	3	21
	сладкое		Печенье	30	9=	66	2	3	10
Обед	1 блюдо	140	Суп картофельный с макарон.изд	200	27,93	178	5	6	17
	2 блюдо	492	Глов из курицы	180	54,93	225	14	12	25
	Закуска	2586	Зеленый горошек	100	12,62	106	5	9	9
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	40	4,44	97	2	0	15
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	30,0	3,33	62	3	1	13
	Напиток	631	Компот из свежих яблок	200	2,50	144	0	0	37

Мой руки перед едой