

Школа

МБОУ "Кузнецовская ООШ"

Отд./корп



Утверждаю
 Директор
 «Кузнецовская ООШ»
 / Г.И. Ерошина

День

25.09.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Хлеб	3	Бутерброд с сыром	45	14,88	154	7	10	9
	гор. блюдо	302	Каша вязкая пшеничная	200	18,12	286	8	8	51
	гор. напиток	630	Чай с молоком	200	7,86	55	3	2	20
	Сладкое								
Обед	1 блюдо	134	Суп крестьянский с крутой, с мясом курицы	200	24,23	93	2	4	9
	гарнир	511	Рис отварной	150	15,23	228	4	6	39
	2 блюдо	908	котлета жаренная п\ф	90	20,57	124	17	12	16
	Напиток	392	напиток из шиповника	200	5,33	94	0	0	24
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	2,63	73	2	0	15
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	40	3,11	82	3	1	17
	Сладкое								

во время еды не отвлекайся и не разговаривай.

Школа

МБОУ "Кузнецовская ООШ"

Отд./корп

День

26.09.2025



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

Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска		Сыр порционный	20	17,50	73	5	6	0
	2 блюдо		Оладьи с повидлом	150	17,22	305	7	9	31
	Фрукт								
	Сладкое		Снежок	200	22,22	132	7	9	31
Обед	1 блюдо	181	Уха с перловой крупой с рыбой	250	34,07	223	7	8	21
	2 блюдо	436	Жаркое по-домашнему	180	56,45	250	7	7	16
	напиток	631	Компот из свежих яблок	200	2,48	144	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
	закуска	16	огурцы свежие	60		56	0	0	1

после еды отдохни, выбери спокойное занятие.

Школа

МБОУ "Кузнецовская ООШ"

Отд./корт

День

29.09.2025



Утверждено

директор

МБОУ "Кузнецовская ООШ"

Г.И.Егошина

Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Хлеб	3	Бутерброд с сыром	40	14,88	125	6	6	10
	2 Блюдо	302	Каша вязкая гречневая на молоке	180	17,76	216	5	9	28
	Сладкое		Праники	50		71	4	1	15
	Гор.напиток	685	Чай с сахаром	200	2,36	58	0	0	15
Обед			Хлеб ржаной	30	2,33	62	3	1	13
	закуска		капуста тушеная	100	2,88	113	3	4	13
	1 блюдо	140	Суп картофельный с макаронами	200	24,78	178	5	6	17
	2. Блюдо	492	Плов с курицей	180	49,90	225	14	12	25
	гарнир								
	напиток	392	Напиток из шиповника	200	5,33	94	0	0	24
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	2,63	73	2	0	15
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	30,0	2,33	73	3	0	15

Мой руки перед едой.