

Утверждаю

директор

"Кузнецовская ООШ"

/ Т.И.Егошина



Школа

МОУ "Кузнецовская ООШ"

Отд./корп

День

25.02.2026

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,78	73	2	0	15
	1Блюдо	120314	Сырники со сгущенкой	150	48,80	180	17	11	19
	Закуска	97	Сыр порционный	20	17,50	73	5	6	0
	Хлеб		Хлеб ржаной	30	2,47	62	3	1	13
	гор напиток	697	Молоко кипяченое	200	24=	123	6	7	10
			Яблоко свежее	100	12,50	60	2	0	9
Обед	1 блюдо	139	Суп гороховый с мясом кур	200	25,76	98	5	4	18
	2 блюдо	436	Жаркое по домашнему	180	60,22	250	8	8	18
	Доп.гарнир	16	огурцы соленые	100	22,06	53	0	0	1
	Сладкое	692	кофе на молоке	200	8,63	136	3	4	22
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	2,78	73	2	0	15
			Хлеб черн.						
			Хлеб ржаной	40,0	3,29	82	3	1	17
	Сладкое								

не передай,ешь в меру.

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



Школа

МБОУ "Кузнецовская ООШ"

Отд./корп

День

26.02.2026

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	хлеб	2	Бутерброд с повидлом	30	4,83	130	4	10	11
	2 блюдо	302	Каша вязкая рисовая на молоке с/м	200	18,85	188	2	6	25
	Хлеб		Хлеб ржаной	30	2,33	62	3	1	13
			Йогурт	200	25,16	132	10	6	8
			Вафли	25	14,50	58	1	0	13
Обед	1 блюдо	124	Щи из свежей капусты	250	25,38	138	2	3	6
	2 блюдо	369	Рыба отварная	90	27,58	125	8	14	47
	гарнир	203	Картофельное пюре с маслом	180	16,55	183	21	18	5
	Напиток	639	Компот из сухофруктов	200	3,56	49	0	0	37
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	2,78	73	2	0	15
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	30,0	2,47	62	3	1	13

во время еды не отвлекайся и не разговаривай.

Утверждено

директор

"Кузнецовская ООШ"

/ Т.И.Егошина



Школа

МБОУ "Кузнецовская ООШ"

Отд./корп

День

27.02.2026

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	хлеб		Хлеб ржаной	30	2,47	62	3	1	13
	2 блюдо		Оладьи с повидлом	170	18,62	305	7	9	31
	гор напиток	693	Какао с молоком	200	13,95	170	5	5	43
	Фрукт		Яблоки свежие	100	12,50	33	5	0	9
Обед	1 блюдо	110	Борщ из свежей капусты и картофеля	200	25,31	85	2	4	11
	2 блюдо	437	Гуляш из мяса говядины	90	55,27	194	22	8	5
	гарнир	508	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,72	294	8	10	37
	Напиток	686	Чай с лимоном	200	4,53	61	0	0	16
	Хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	2,78	73	2	0	15
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	30,0	2,47	62	3	1	13

есть полезные блюда:каши и супы

Утверждаю

директор

"Кузнецовская ООШ"

/ Т.И.Егошина



Школа

МБОУ "Кузнецовская ООШ"

Отд./корп

День

02.03.2026

Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	161	Суп молочный с крупной рис	200	18,14	188	6	8	23
	напиток	707	Сок натуральный	200	25=	96	0	0	16
	хлеб	2	Хлеб пшеничный	40	3,70	118	1	3	21
	сладкое		Печенье	30	9=	66	2	3	10
Обед	1 блюдо	140	Суп картофельный с макарон.изд	200	25,80	178	5	6	17
	2 блюдо	492	Плов из курицы	180	53,92	225	14	12	25
	Закуска	2586	Зеленый горошек	100	12,62	106	5	9	9
	Хлеб бел.		Хлеб пшеничный	40	3,70	97	2	0	15
	Хлеб черн.		Хлеб ржаной	30,0	2,47	62	3	1	13
Напиток		631	Компот из свежих яблок	200	3,86	144	0	0	37

Мой руки перед едой

Утверждено

Директор

МБОУ "Кузнецовская ООШ"

/ Т.И.Егошина

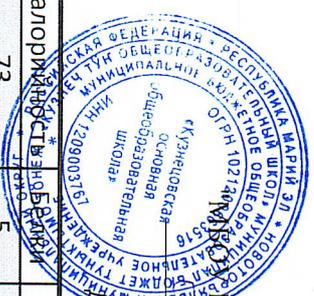
Школа

МБОУ "Кузнецовская ООШ"

Отд./корп

День

03.03.2026



Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Жиры	Углеводы
Завтрак	Закуска	97	Сыр порционный	20	18,5	73	5	0
	Сладкое	120314	сырники со сгущенкой	130	48,73	180	17	19
	Гор. напиток	693	Какао с молоком	200	13,95	170	5	43
	Фрукт		мандарины	100	21,00	37	1	18
Обед								
	1 блюдо	124	Щи из свежей капусты	200	25,38	138	2	6
	2 блюдо	437	Г уляш из мяса говядины	90	55,27	194	22	5
	гарнир	516	Макаронны отварные	150	13,34	240	5	34
	Напиток	639	Компот из сухофруктов	200	3,56	49	0	37
	хлеб бел.			Хлеб пшеничный	30	2,78	73	2
			Хлеб ржаной	30,0	2,47	62	3	13

во время еды не торопись, тщательно пережевывай пищу с закрытым ртом.