

Школа

МБОУ "Кузнецовская ООШ"

Отд./корп

День

25.11.2025



Утверждено
директор
«Кузнецовская ООШ»
/ Т.И.Егошина

Прием пищи	Раздел	№ рсц.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Закуска	97	Сыр порционный	20	17,5	73	5	6	0
	Сладкое	120314	сырники со сгущенкой	130	48,80	180	17	11	19
	Гор. напиток	693	Какао с молоком	200	11,01	170	5	5	43
	Фрукт		мандарины	100	17,00	37	1	5	18
Обед									
	1 блюдо	124	Щи из свежей капусты	200	25,30	138	2	3	6
	2 блюдо	437	Г уляш из мяса говядины	90	52,07	194	22	8	5
	гарнир	516	Макаронны отварные	150	13,34	240	5	9	34
	напиток	639	Компот из сухофруктов	200	3,72	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 торопись, тщательно пережевывая пищу с закрытым ртом.

Школа

МБОУ "Кузнецовская ООШ"

Отд./корп

День

26.11.2025



директор
«Кузнецовская ООШ»
/ Т.И.Еголина

Прием пищи	Раздел	№ реч.	блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Хлеб	3	Бутерброд с маслом	30	15,73	181	1	7	12
	2 блюдо	302	Каша ячневая вязкая	200	19,10	199	5	5	30
	гор напиток	685	Чай с сахаром	200	2,41	58	0	0	15
	фрукт		яблоко свежее	100	14,50	60	5	0	9
Обед	1 блюдо	110	Борщ с капустой и картофелем с мясом курицы	200	25,22	85	2	4	11
	гарнир	508	Каша гречневая рассыпчатая	150	10,22	238	10	5	49
	2 блюдо	487	Курица отварная	100	33,46	145	19	7	1
	Сладкое	692	Кофе на молоке	200	10,90	136	5	3	22
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	2,78	73	2	0	15
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	30,0	2,47	62	2	1	13

не передай ,ешь в меру

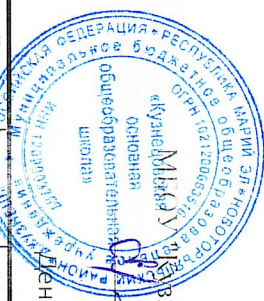
Школа

МБОУ "Кузнецовская ООШ"

Отд./корп

День

27.11.2025



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

Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Хлеб	3	Бутерброд с сыром	45	14,98	154	7	10	9
	гор. блюдо	302	Каша вязкая пшеничная	200	18,58	286	8	8	51
	гор. напиток	630	Чай с молоком	200	8,41	55	3	2	20
	Сладкое		Пряники	30	6,90	42	2	1	9
Обед	1 блюдо	134	Суп крестьянский с крупой, с мясом курицы	200	24,99	93	2	4	9
	гарнир	511	Рис отварной	150	16,19	228	4	6	39
	2 блюдо	908	котлета жаренная п\ф	90	46,57	124	17	12	16
	Напиток	392	напиток из шиповника	200	5,27	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.

28.11.2025

28.11.2025

Управляющий
Директор
"Кузнецовская ООШ"
/ И.И. Егорова
День
28.11.2025

Директор
Федеральной ООШ"
/Т.И. Егупина

Присм пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Ветки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска		Сыр порционный	20	17,50	73	5	6	0
	2 блюдо		Оладьи с повидлом	150	18,51	305	7	9	31
	Фрукт		Яблоко свежее	100	14,50	60	5	0	9
	Сладкое		Снежок	200	20,20	132	7	9	31
Обед	1 блюдо	181	Уха с перловой крупой с рыбой	250	32,13	223	7	8	21
	2 блюдо	436	Жаркое по-домашнему	180	56,58	250	7	7	16
	напиток	631	Компот из свежих яблок	200	2,42	144	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
	закуска	16	огурцы свежие	60	9,60	56	0	0	1

после еды отдохни, выбери спокойное занятие.

Школа

МБОУ "Кузнецовская ООШ"

Отд./корп

День

01.12.2025



МБОУ "Кузнецовская ООШ"
/ Т.И. Егорова

директор

Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Хлеб	3	Бутерброд с сыром	40	14,98	125	6	6	10
	2 блюдо	302	Каша вязкая гречневая на молоке	180	18,61	216	5	9	28
	Сладкое		Праники	50	11,50	71	4	1	15
	Гор.напиток	685	Чай с сахаром	200	2,41	58	0	0	15
			Хлеб ржаной	30	2,47	62	3	1	13
Обед	закуска		капуста тушеная	100	2,89	113	3	4	13
	1 блюдо	140	Суп картофельный с макаронами	200	25,60	178	5	6	17
	2 блюдо	492	Плов с курицей	180	54,19	225	14	12	25
	гарнир								
	напиток	392	Напиток из шиповника	200	5,27	94	0	0	24
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	2,78	73	2	0	15
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	30,0	2,47	73	3	0	15

мой руки перед едой.