

Утверждаю:  
 директор МКОУ «Перекопская СШ»  
 Шишлина Н.В.



Школа МКОУ"Перекопская СШ"6-11 лет Отд./корп  02.09.2022

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                                    | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|--|----------|------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   |        |  |          |      |              |       |      |          |
|            | гор.напиток |        |  |          |      |              |       |      |          |
|            | хлеб        |        |  |          |      |              |       |      |          |
| Завтрак 2  | фрукты      |        |  |          |      |              |       |      |          |
|            | итого:      |        |  |          |      |              |       |      |          |
| Обед       | закуска     |        |  |          |      |              |       |      |          |
|            | 1 блюдо     |        |  |          |      |              |       |      |          |
|            | 2 блюдо     | 455    | Котлета рубленая с белокочанной капустой | 90       |      | 217          | 12    | 14   | 12       |
|            | гарнир      | 304    | Рис отварной                             | 180      |      | 238          | 4     | 7    | 44       |
|            |             | 363    | Соус томатный                            | 30       |      | 13           | 0     | 1    | 1        |
|            | хлеб ржаной |        |  |          |      |              |       |      |          |
|            | хлеб пшенич |        | Хлеб пшеничный                           | 35       |      | 83           | 3     | 0    | 17       |
|            | гор.напиток | 686    | Чай с сахаром и лимоном                  | 200      |      | 60           | 0     | 0    | 15       |
|            |             |        | 535                                      |          |      | 611          | 19    | 22   | 89       |