

Утверждаю:

Директор

Н.В.Шишлина



МКОУ"Перекопская СШ" Дошкольная группа 3-7 лет

Отд./корп

5 День

30.01.2023

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|---------------|-------------------------------------|------------|------|---------------|--------------|--------------|--------------|
| Завтрак | гор.блюдо | 168 | Каша вязкая молочная (геркулесовая) | 200 | | 245,00 | 7,50 | 8,20 | 33,80 |
| | | 6 | масло | 5 | | 37,40 | 0,00 | 3,60 | 0,00 |
| | гор.напиток | 393 | чай с лимоном | 180/12/4 | | 41,70 | 0,20 | 0,00 | 10,00 |
| | хлеб | ТТК№6 | Хлеб пшеничный | 40 | | 91,90 | 3,00 | 0,20 | 19,50 |
| Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | | |
| | | итого: | | 441 | | 416,00 | 10,70 | 12,00 | 63,30 |
| Обед | закуска | | | | | | | | |
| | 1 блюдо | 67 | Щи из свежей капусты с картофелем | 200 | | 71,60 | 1,50 | 4,00 | 7,20 |
| | 2 блюдо | 247 | Рыба тушеная с овощами | 80 | | 80,00 | 8,70 | 4,10 | 2,20 |
| | гарнир | 125 | Картофель отварной | 130 | | 129,60 | 2,50 | 3,50 | 20,90 |
| | напиток | 376 | Компот из сушеных фруктов | 180 | | 55,80 | 0,00 | 0,00 | 14,00 |
| | хлеб бел. | ТТК№6 | хлеб пшеничный | 30 | | 71,00 | 2,30 | 0,20 | 15,10 |
| | хлеб черн. | ТТК№7 | хлеб ржаной | 30 | | 61,20 | 2,00 | 0,30 | 12,70 |
| | | итого: | | 650 | | 469,20 | 17,00 | 12,10 | 72,10 |