



Утверждаю:

Директор школы

И. В. Шишлина

МКОУ "Перекопская СШ" Дошкольная группа 3-7 лет Отд./корп 1 День 06.03.2023

| 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 | 10 | | 74,80 | 0,10 | 7,30 | 0,10 |
| | гор.напиток | 395 | Кофейный напиток с молоком | 180 | | 92,10 | 2,80 | 2,20 | 15,20 |
| | хлеб | | Хлеб пшеничный | 40 | | 91,90 | 3,00 | 0,20 | 19,50 |
| Завтрак 2 | фрукты | 368 | Яблоко | 100 | | 45,60 | 0,40 | 0,40 | 9,50 |
| | | | | | | | | | |
| | | итого: | | 530 | | 549,40 | 13,80 | 18,30 | 78,10 |
| Обед | закуска | | Капуста квашеная | 50 | | 21,40 | 0,80 | 0,10 | 4,40 |
| | 1 блюдо | 67 | Щи из свежей капусты с картофелем | 200 | | 71,60 | 1,50 | 4,00 | 7,20 |
| | 2 блюдо | 305 | Котлета рубленая из птицы | 70 | | 197,70 | 11,50 | 11,60 | 11,50 |
| | гарнир | 165 | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | | 248,80 | 8,40 | 6,30 | 38,30 |
| | напиток | 393 | чай с лимоном | 180 | | 41,70 | 0,20 | 0,00 | 10,00 |
| | хлеб бел. | | хлеб пшеничный | 30 | | 71,00 | 2,30 | 0,20 | 15,10 |
| | хлеб черн. | | хлеб ржаной | 30 | | 61,20 | 2,00 | 0,30 | 12,70 |
| | | итого: | | 710 | 0 | 713,4 | 26,7 | 22,5 | 99,2 |