



Утверждаю:
 Директор шко. № 10. ШИШЛИНА

МКОУ "Перекопская СШ" Дошкольная группа 3-7 лет Отд./корп. 4 День 13.04.2023

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|---------------|--------------------------------------|------------|------|---------------|--------------|--------------|--------------|
| Завтрак | гор.блюдо | 185 | Каша жидкая молочная (манная) | 200/5 | | 173,80 | 6,10 | 2,90 | 31,00 |
| | | 6 | масло | 5 | | 37,40 | 0,00 | 3,60 | 0,00 |
| | гор.напиток | 394 | Чай с молоком | 200 | | 97,30 | 3,00 | 2,50 | 15,60 |
| | хлеб | ТТК№6 | Хлеб пшеничный | 30 | | 68,90 | 2,20 | 0,20 | 14,60 |
| Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | | |
| | | итого: | | 440 | | 377,40 | 11,30 | 9,20 | 61,20 |
| Обед | закуска | | | | | | | | |
| | 1 блюдо | 57 | Борщ с капустой и картофелем | 200 | | 82,50 | 1,50 | 4,00 | 10,00 |
| | 2 блюдо | 287 | Тефтели мясные | 70 | | 166,00 | 9,10 | 10,30 | 8,40 |
| | | 348 | Соус томатный | 30 | | 24,50 | 0,40 | 1,40 | 2,00 |
| | гарнир | 205 | Макаронные изделия отварные с маслом | 130/5 | | 186,70 | 4,90 | 4,10 | 31,40 |
| | напиток | 393 | Чай с лимоном | 180 | | 41,70 | 0,20 | 0,00 | 10,00 |
| | 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: | | 675 | | 633,60 | 20,40 | 20,30 | 89,60 |