



Утверждаю:

И.о директора школы А.А.Простоквашина

МКОУ"Перекопская СШ" Дошкольная группа 3-7 лет

Отд./корп

8 День

20.09.2023

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|---------------|---------------|--|------------|------|---------------|--------------|--------------|---------------|
| Завтрак | гор.блюдо | 175 | Каша вязкая молочная из риса и пшена дружба | 200 | | 236,30 | 5,80 | 6,70 | 36,70 |
| | | 7 | сыр | 10 | | 35,30 | 2,20 | 2,90 | 0,00 |
| | гор.напиток | 395 | Кофейный напиток с молоком | 180 | | 95,60 | 3,00 | 2,50 | 15,50 |
| | хлеб | ТТК№5 | Батон | 30 | | 78,60 | 2,30 | 0,90 | 15,40 |
| Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | | |
| | | итого: | | 420 | | 445,80 | 13,30 | 13,00 | 67,60 |
| Обед | закуска | | Овощи по сезону(огурец св.,помидор св., капуста квашеная,огурец сол.,свекла отварная.) | 50 | | 21,40 | 0,80 | 0,10 | 4,40 |
| | 1 блюдо | 77 | Суп картофельный | 200 | | 91,10 | 1,90 | 2,30 | 15,70 |
| | 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 | | 211,90 | 4,90 | 7,90 | 29,60 |
| | напиток | 247 | Кисель | 180 | | 117,00 | 1,30 | 0,00 | 29,00 |
| | 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: | | | 720 | | 764,10 | 22,70 | 22,50 | 116,90 |