



Утверждаю:

И.о директора школы

Простоквашина А.А.

МКОУ"Перекопская СШ" Дошкольная группа 3-7 лет

Отд./корп

6 День

12.02.2024

| Прием пищи | Раздел      | № рец.        | Блюдо  | Выход, г   | Цена       | Калорийность  | Белки         | Жиры         | Углеводы     |
|------------|-------------|---------------|--|------------|------------|---------------|---------------|--------------|--------------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 185           | Каша жидкая молочная (манная)  | 200        |            | 173,80        | 6,10          | 2,90         | 31,00        |
|            |             | 6             | масло  | 5          |            | 37,40         | 0,00          | 3,60         | 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      |               |  |            |            |               |               |              |              |
|            |             | <b>итого:</b> |  | <b>415</b> |            | <b>385,40</b> | <b>11,40</b>  | <b>9,90</b>  | <b>61,90</b> |
| 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     | 67            | Щи из свежей капусты с картофелем  | 200        |            | 81,60         | 2,50          | 5,00         | 8,20         |
|            | 2 блюдо     |               | Рыба (минтай)  | 80         |            | 105,70        | 10,30         | 5,60         | 5,20         |
|            | гарнир      | 125           | Картофель отварной   | 130        |            | 132,30        | 3,50          | 4,50         | 22,90        |
|            | 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        |
|            |             | <b>итого:</b> |  |            | <b>700</b> |               | <b>529,00</b> | <b>21,40</b> | <b>15,70</b> |