

Утверждаю:  
директор школы № 3 В.Шишлина



МКОУ "Перекопская СШ" Дошкольная группа 3-7 лет      Отд./корп      4 День      18.09.2025

| 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 | 394           | Кофейный напиток с молоком                                                             | 180        |      | 95,60         | 3,00         | 2,50         | 15,50        |
|            | хлеб        | 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       |             |               | Овощи по сезону(огурец св.,помидор св., капуста квашеная,огурец сол.,свекла отварная.) | 50         |      | 21,40         | 0,80         | 0,10         | 4,40         |
|            | закуска     |               |                                                                                        |            |      |               |              |              |              |
|            | 1 блюдо     | 57            | Борщ с капустой и картофелем                                                           | 200        |      | 82,50         | 1,50         | 4,00         | 10,00        |
|            | 2 блюдо     | 304           | Плов из птицы                                                                          | 150        |      | 454,30        | 25,40        | 27,30        | 25,30        |
|            | напиток     | 376           | Компот из сухофруктов                                                                  | 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>640</b> |      | <b>746,20</b> | <b>32,00</b> | <b>31,90</b> | <b>81,50</b> |