

Утверждаю

директор школы №3 Шишлина



МКОУ"Перекопская СШ" Дошкольная группа 3-7 лет

Отд./корп

1 День

13.10.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	168	Каша вязкая молочная (геркулесовая)	200		318,00	9,00	13,00	40,00
		6	масло	10		74,80	0,10	7,30	0,10
	гор.напиток	395	Кофейный напиток с молоком	180		95,60	3,0,	2,50	15,50
	хлеб		Батон	30		78,60	3,00	0,90	15,40
							2,30		
Завтрак 2	фрукты								
		итого:		420		567,00	14,40	23,70	71,00
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	305	Гуляш из мяса птицы	80		140,70	7,60	9,20	6,00
	гарнир	165	Каша гречневая рассыпчатая	150		248,80	8,40	6,30	38,30
	напиток	393	Чай с сахаром	180		57,00	0,10	0,00	14,30
	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:		720	0	681,7	23,7	21,1	99,00