

Утверждаю

директор школы №3 Ш.Лишлина



МКОУ "Перекопская СШ" Дошкольная группа 3-7 лет

Отд./корп

1 День

12.01.2026

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	101	Каша овсяная молочная вязкая	180		240,66	9,45	8,90	33,75
	гор.напиток	414	Кофейный напиток с молоком	180		95,60	3,00	2,50	15,50
	хлеб	1	Бутерброд с маслом (батон)	40/10		169,50	3,20	7,50	20,20
Завтрак 2	фрукты								
		итого:		410		505,76	15,65	18,90	69,45
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	47	Щи из свежей капусты с картофелем	180		73,44	2,30	4,50	7,40
	2 блюдо	319	Птица, тушеная в соусе с овощами	180		129,00	9,00	5,80	16,70
	напиток	411	Чай с сахаром	180		57,00	0,10	0,00	14,30
	хлеб бел.	6	Хлеб пшеничный	30		70,08	2,34	0,30	14,46
	хлеб черн.	7	Хлеб ржаной-пшеничный	30		59,40	1,88	0,30	12,40
		итого:			650	0	410,32	16,42	11