



Утверждаю:

директор

Н.В.Шишлина

МКОУ "Перекопская СШ" Дошкольная группа 3-7 лет

Отд./корп

3 День

14.01.2026

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	102	Каша вязкая молочная рисовая	180		284,50	5,70	9,80	41,20
	хлеб	1	Бутерброд с маслом (батон)	50		169,50	3,20	7,50	20,20
	гор.напиток	412	Чай с лимоном	180		55,80	0,20	0,00	13,70
Завтрак 2									
		итого:		410		509,80	9,10	17,30	75,10
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	86	Суп картофельный с крупой(пшено)	180		73,60	1,60	2,10	12,10
	2 блюдо	261	Рыба,тушенная с овощами (минтай)	80		80,00	8,74	4,07	2,20
	гарнир	165	Каша гречневая рассыпчатая	130		215,60	7,30	5,50	33,20
	напиток	53	Компот из смеси сухофруктов	180		55,80	0,00	0,00	14,00
	хлеб бел.	ТТК№6	Хлеб пшеничный	30		70,08	2,34	0,30	14,46
	хлеб черн.	ТТК№7	Хлеб ржано-пшеничный	30		59,40	1,88	0,30	12,40
		итого:			680		575,88	22,66	12,37