Утверждаю:
директор шко ы Н.В.Шишлина

Школа	МКОУ"Перекопская С Ш" 12-18лет	Отд./корп		7 День	20.01.2026

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	88	Овощи по сезону (капуста квашеная или икра кабачковая)	100		115,40	1,80	8,60	7,50
	гор.блюдо	455/363	Котлета рубленая с белокочанной капустой (говядина) с соусом томатным 90/30	130		210,60	10,90	9,80	22,40
	гор.блюдо	303	Каша гречневая вязкая(гарнир)	160		145,84	4,90	4,80	27,30
	гор.напиток	53	Компот из сухофруктов	200		66,40	0,30	0,00	16,00
	хлеб	6	Хлеб пшеничный	30	125,21	70,90	2,37	0,30	14,49
	итого:			**620**	**125,21**	**609,14**	**20,27**	**23,50**	**87,69**