

Утверждаю:  
 директор школы \_\_\_\_\_ Е.С. Шишлина



МКОУ "Перекопская СШ" Дошкольная группа 3-7 лет

Отд./корп \_\_\_\_\_

9 День

22.01.2026

| Прием пищи | Раздел      | № рец.        | Блюдо                                | Выход, г   | Цена       | Калорийность  | Белки         | Жиры         | Углеводы     |
|------------|-------------|---------------|--------------------------------------|------------|------------|---------------|---------------|--------------|--------------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 85            | Суп молочный с макаронными изделиями | 180        |            | 135,14        | 7,56          | 10,00        | 23,76        |
|            | хлеб        | 1             | Бутерброд с маслом (Батон) 40/10     | 50         |            | 169,50        | 3,20          | 7,50         | 20,20        |
|            | гор.напиток | 411           | Чай с сахаром                        | 180        |            | 57,00         | 0,10          | 0,00         | 14,30        |
|            |             |               |                                      |            |            |               |               |              |              |
| Завтрак 2  | фрукты      |               |                                      |            |            |               |               |              |              |
| 71         |             | <b>итого:</b> |                                      | <b>410</b> |            | <b>361,64</b> | <b>10,86</b>  | <b>17,50</b> | <b>58,26</b> |
| Обед       | 1 блюдо     | 47            | Щи из свежей капусты с картофелем    | 180        |            | 73,44         | 2,30          | 4,50         | 7,40         |
|            | 2 блюдо     | 304           | Тефтели мясные (говядина) 70/30      | 100        |            | 90,40         | 4,70          | 5,30         | 6,00         |
|            | гарнир      | 130           | Каша гречневая                       | 130        |            | 215,60        | 7,30          | 5,50         | 33,20        |
|            | гор.напиток | 53            | Компот из сушеных фруктов            | 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        |
|            |             |               | <b>итого:</b>                        |            | <b>650</b> |               | <b>564,72</b> | <b>18,52</b> | <b>15,90</b> |