



Утверждаю:

директор

Н.В.Шишлина

МКОУ "Перекопская СШ" Дошкольная группа 3-7 лет

Отд./корп

3 День

11.02.2026

| 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 | 92,76 |