

Утверждаю:  
 директор ш. Н.В.Шишлина



МКОУ "Перекопская СШ" Дошкольная группа 3-7 лет

Отд./корп

7 День

28.04.2026

| 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        |
|            | гор.напиток | 416           | Какао с молоком  | 180        |      | 118,80        | 4,10         | 3,60         | 17,40        |
|            | хлеб        | 2             | Бутерброд с повидлом (батон)   | 50         |      | 141,60        | 4,40         | 6,70         | 14,60        |
| Завтрак 2  | фрукты      |               |  |            |      |               |              |              |              |
|            |             | <b>итого:</b> |  | <b>410</b> |      | <b>544,90</b> | <b>14,20</b> | <b>20,10</b> | <b>73,20</b> |
| 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     | 82            | Суп картофельный с макаронными изделиями   | 180        |      | 73,60         | 1,60         | 2,10         | 12,10        |
|            | 2 блюдо     | 305           | Котлета рубленая из птицы  | 70         |      | 209,30        | 12,84        | 11,60        | 13,30        |
|            |             | 165           | Каша гречневая рассыпчатая   | 130        |      | 211,90        | 4,90         | 7,90         | 29,60        |
|            | напиток     | 393           | Чай с лимоном  | 180        |      | 55,80         | 0,20         | 0,00         | 13,70        |
|            | 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>670</b> |      | <b>701,48</b> | <b>24,56</b> | <b>22,30</b> | <b>99,96</b> |