



Согласовано
Заведующий МКДОУ Детский сад №10 с.Сергиевское
В.Г. Головинова

1 Неделя
2 день
Вторник

000 "Северная Пальмира СК"

Дата 15.04

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
		белки	жиры	углеводы	
Завтрак					
Каша гречневая рассыпчатая с соусом красным основным	150/50	2,78	11,40	16,70	181,74
Яйцо куриное отварное	40	5,10	4,60	0,30	63,00
Чай с сахаром	200/12	0,06	0,02	9,99	40,00
Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,84	36,20
Хлеб пшеничный	30	3,08	4,40	19,92	104,80
Масло сливочное мдж 72,5%	10	0,08	8,24	0,08	74,80
Итого	450	4,54	12,90	36,83	255,80
2 Завтрак					
Яблоко	100	0,40	0,40	9,78	47,00
	Итого:	0,40	0,40	9,78	47,00
Обед					
Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	0,92	1,33	5,26	37,38
Рис отварной с маслом сливочным	150/5	2,86	4,32	23,01	142,35
Котлета рыбная (минтай)	70	7,93	4,55	2,20	81,00
Свекла тушеная	60	2,26	1,52	11,26	168,45
Хлеб пшеничный	30	2,31	3,30	14,94	78,60
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,26	54,30
Итого	740	18,66	15,40	91,92	663,78
Полдник					
Кофейный напиток с молоком	180	3,60	2,70	28,40	152,00
Бутерброд с сыром Российский и маслом сливочным мдж 72,5%	30/10/5	6,68	8,45	19,39	180,00
Итого	240	10,28	11,15	47,79	332,00
Всего за день:		33,88	39,85	186,32	1298,58

Зав. производством _____
Мед. работник _____