



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

2 Неделя  
3 день  
Среда

ООО "Северная Пальмира СК"

Дата 26.03

| Прием пищи, наименование блюда                      | Масса порции,<br>г | Пищевые вещества, г |       |              | Энергетическая<br>ценность, ккал |
|-----------------------------------------------------|--------------------|---------------------|-------|--------------|----------------------------------|
|                                                     |                    | белки               | жиры  | углевод<br>ы |                                  |
| Завтрак                                             |                    |                     |       |              |                                  |
| Суп молочный с пшенной крупой с<br>маслом сливочным | 200/5              | 4,74                | 4,26  | 16,66        | 124,52                           |
| 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                                               | 460                | 9,28                | 17,16 | 53,49        | 380,32                           |
| 2 Завтрак                                           |                    |                     |       |              |                                  |
| Сок фруктовый                                       | 100                | 0,51                | 0,00  | 10,11        | 42,67                            |
|                                                     | Итого:             | 0,51                | 0,00  | 10,11        | 42,67                            |
| Обед                                                |                    |                     |       |              |                                  |
| Борщ с капустой и картофелем                        | 200                | 1,82                | 4,91  | 12,74        | 102,50                           |
| Плов из птицы                                       | 220/70             | 25,85               | 20,23 | 39,74        | 467,50                           |
| Свекла тушеная                                      | 60                 | 2,26                | 1,52  | 11,26        | 168,45                           |
| Компот из свежих плодов (яблоки)                    | 200                | 0,40                | 0,02  | 24,99        | 101,70                           |
| Хлеб пшеничный                                      | 30                 | 2,31                | 3,30  | 14,94        | 78,60                            |
| Хлеб ржаной                                         | 30                 | 1,98                | 0,36  | 10,26        | 54,30                            |
| Итого                                               | 740                | 34,62               | 30,34 | 113,93       | 973,05                           |
| Полдник                                             |                    |                     |       |              |                                  |
| Кондитерские изделия (печенье)                      | 50                 | 2,80                | 11,00 | 33,95        | 237,50                           |
| Какао с молоком                                     | 200                | 3,15                | 2,72  | 12,96        | 89,00                            |
| Итого                                               | 250                | 2,80                | 11,00 | 33,95        | 237,50                           |
| Всего за день:                                      |                    | 47,21               | 58,50 | 211,48       | 1633,54                          |

Зав. производством \_\_\_\_\_

Мед. работник \_\_\_\_\_

Желаем вам приятного аппетита!