Сад казённики 10,5 часов Дети **09.10.2023**

МКДОУ детский сад №12 "Аленушка"

Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Выход (г)
Завтрак		
Масло сливочное ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-, Жиры-4, Углеводы-, Калорийность-38	*5*
Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-3, Жиры-, Углеводы-19, Калорийность-95	*40*
Омлет натуральный с маслом сливочным ЭТАЛОН	Белки-11, Жиры-21, Углеводы-16, Калорийность-280	*106*
Чай с сахаром и лимоном ЭТАЛОН	Белки-, Жиры-, Углеводы-10, Калорийность-40, Вит.С-1	*200*
Обед		
Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-5, Жиры-1, Углеводы-25, Калорийность-127	*60*
Овощи натур.соленые(помидоры) ЭТАЛОН	, Калорийность-	*30*
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной ЭТАЛОН	Белки-1, Жиры-4, Углеводы-7, Калорийность-68	*200*
Каша гречневая рассыпчатая ЭТАЛОН	Белки-7, Жиры-11, Углеводы-50, Калорийность-312	*150*
Тефтели из говядины с соусом сметанным с томатом ЭТАЛОН	Белки-11, Жиры-13, Углеводы-14, Калорийность-212	*80*
Кисель из яблок ЭТАЛОН	Белки-, Жиры-, Углеводы-21, Калорийность-88	*180*
Завтрак №2		
Сок фруктовый в ассортименте ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-1, Углеводы-21, Калорийность-88	*180*
Полдник		
Печенье сдобное ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-, Жиры-, Углеводы-32, Калорийность-235	*40*
Чай с молоком ЭТАЛОН	Белки-1, Жиры-, Углеводы-32, Калорийность-91	*200*

Подпись/Расшифровка Л. Нанф Л.А. Нанханюк

М.П.

Ясли казённики 10,5 часов Дети

09.10.2023

МКДОУ детский сад №12 "Аленушка"

Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Выход (г)
Завтрак		
Масло сливочное ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-, Жиры-4, Углеводы-, Калорийность-38	*5*
Чай с лимоном ЭТАЛОН	, Калорийность-	*150*
Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-10, Жиры-20, Углеводы-30, Калорийность-33	*30*
Сыр Российский ЭТАЛОН	Белки-2, Жиры-3, Углеводы-, Калорийность-18	*10*
Омлет натуральный с маслом сливочным ЭТАЛОН	Белки-8, Жиры-16, Углеводы-12, Калорийность-211	*80*
Обед		
Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-4, Углеводы-32, Калорийность-106	*50*
Овощи натур.соленые(помидоры) ЭТАЛОН	, Калорийность-	*20*
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной ЭТАЛОН	Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5, Калорийность-51	*150*
Каша гречневая рассыпчатая ЭТАЛОН	Белки-5, Жиры-8, Углеводы-40, Калорийность-250	*120*
Тефтели из говядины с соусом сметанным с томатом ЭТАЛОН	Белки-8, Жиры-12, Углеводы-13, Калорийность-193	*60*
Кисель из яблок ЭТАЛОН	Белки-, Жиры-, Углеводы-18, Калорийность-74	*150*
Завтрак №2		
Сок фруктовый в ассортименте ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-1, Углеводы-18, Калорийность-73	*150*
Полдник		
Печенье сдобное ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-, Жиры-, Углеводы-32, Калорийность-235	*40*
Чай с молоком ЭТАЛОН	Белки-1, Жиры-1, Углеводы-1, Калорийность-68	*150*

Подпись/Расшифровка Л.Нан- Л.А. Нанханенок

М.П.