

**МКДОУ детский сад №12 "Аленушка"**

Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Выход (г)
<b><u>Завтрак</u></b>		
Масло сливочное ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-, Жиры-4, Углеводы-, Калорийность-38	<b>5</b>
Хлеб ржаной ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-3, Жиры-, Углеводы-16, Калорийность-80	<b>40</b>
Запеканка из творога со сгущенным молоком ЭТАЛОН	Белки-24, Жиры-10, Углеводы-40, Калорийность-348	<b>120</b>
Какао с молоком ЭТАЛОН	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-12, Калорийность-85	<b>180</b>
<b><u>Обед</u></b>		
Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-5, Жиры-1, Углеводы-25, Калорийность-127	<b>60</b>
Котлета из говядины ЭТАЛОН	Белки-16, Жиры-18, Углеводы-18, Калорийность-265	<b>80</b>
Компот из свежих яблок ЭТАЛОН	Белки-, Углеводы-32, Калорийность-122	<b>180</b>
Овощи натур.соленые(помидоры) ЭТАЛОН	, Калорийность-	<b>20</b>
Борщ с фасолью и картофелем со сметаной ЭТАЛОН	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-16, Калорийность-113	<b>200</b>
Макароны отварные с маслом ЭТАЛОН	Белки-4, Жиры-5, Углеводы-32, Калорийность-195	<b>130</b>
<b><u>Завтрак №2</u></b>		
Напиток овощной в асс. готовое блюдо ЭТАЛОН	Белки-1, Углеводы-31, Калорийность-82	<b>180</b>
<b><u>Полдник</u></b>		
Напиток из плодов шиповника ЭТАЛОН	Белки-, Углеводы-27, Калорийность-122	<b>180</b>
Булочка "Умница" йод ЭТАЛОН	Белки-2, Жиры-3, Углеводы-15, Калорийность-91	<b>50</b>

Подпись/Расшифровка

*С.Нарф С.А. Нарфамон*

**МКДОУ детский сад №12 "Аленушка"**

Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Выход (г)
<b><u>Завтрак</u></b>		
Масло сливочное ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-, Жиры-4, Углеводы-, Калорийность-38	<b>5</b>
Хлеб ржаной ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-2, Жиры-, Углеводы-12, Калорийность-60	<b>30</b>
Запеканка из творога со сгущенным молоком ЭТАЛОН	Белки-20, Жиры-8, Углеводы-33, Калорийность-290	<b>100</b>
Какао с молоком ЭТАЛОН	Белки-2, Жиры-2, Углеводы-10, Калорийность-71	<b>150</b>
<b><u>Обед</u></b>		
Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-4, Углеводы-32, Калорийность-106	<b>50</b>
Котлета из говядины ЭТАЛОН	, Калорийность-	<b>60</b>
Компот из свежих яблок ЭТАЛОН	Белки-, Углеводы-27, Калорийность-102	<b>150</b>
Овощи натур.соленые(помидоры) ЭТАЛОН	, Калорийность-	<b>20</b>
Борщ с фасолью и картофелем со сметаной ЭТАЛОН	Белки-2, Жиры-3, Углеводы-12, Калорийность-85	<b>150</b>
Макаронные изделия с маслом ЭТАЛОН	Белки-4, Жиры-5, Углеводы-32, Калорийность-195	<b>130</b>
<b><u>Завтрак №2</u></b>		
Напиток овощной в асс. готовое блюдо ЭТАЛОН	Белки-1, Углеводы-26, Калорийность-68	<b>150</b>
<b><u>Полдник</u></b>		
Напиток из плодов шиповника ЭТАЛОН	Белки-, Углеводы-27, Калорийность-102	<b>150</b>
Булочка "Умница" иод ЭТАЛОН	Белки-2, Жиры-3, Углеводы-15, Калорийность-91	<b>50</b>

Подпись, Расшифровка

*С. Карф С.А. Намкина*